14வது வருடத்தில்

விளம்பரம்™

VLAMBARAM™

☎ 416-282-8059   📠 416-282-4978

வாய், பல் சம்பந்தமான வைத்திய சேவைகளுக்கு
WALK IN DENTAL CLINIC
Dr. Iru Vijayanathan
குடும்ப பல்வைத்தியர்
OPEN 7 DAYS
416-264-3232
3150 Eglinton Ave. E.
Markham & Eglinton சந்திப்புக்கு அருகாமையில்

வீடு விற்க, வாங்க...
Raja M. Mahendran, P. Eng.
(Broker / Owner)
HomeLife GTA Realty Inc.
1711 McCowan Rd. Suite #206, Toronto
Direct: 416.315.9397
OFFICE: 416.321.6969
Sales Agents Welcome

நதி 14 | பாலம் 19 | சமூக முன்னேற்றப் பத்திரிகை | மாதமிருமுறை | இலவசம் | OCTOBER 01, 2004

இரட்டை வேடமற்ற ஒரே முகம் 03

வீடுகளில் வாழ்பவர்களின் 07 எண்ணிக்கை

தொடர் நாடகங்கள் சொல்லும் 16 கதைகள்

எல்லாக் கனேடியர்களுக்கும் சம உரிமை உண்டு

பொங்கு தமிழில் என்.டி.பி தலைவர் முழக்கம்

இலங்கையில் சமாதானம் வேண்டியும், சமாதானப் பேச்சு வார்த்தைகள் தொடர வேண்டும் என்று கோரியும், பல்லாயிரக் கணக்கான தமிழர்கள் ரொறன்டோவில் ஒன்று திரண்டனர். குழந்தைகள், முதியவர்கள், ஆண்கள், பெண்கள் என்று திரண்ட இந்த மக்கள் வெள்ளத்தினால் ரொறன்டோவின் வழமையான போக்குவரத்து ஸ்தமித்துப் போனது. கட்டுக்கடங்காத மக்கள் கூட்டம் காரணமாக, ஒரு பாதாள இரயில் வண்டி நிலையமும் தற்காலிகமாக மூடப்பட்டது. இலங்கையில் சமாதானம் வேண்டி இந்த பொங்கு தமிழ் நிகழ்சி ஏற்பாடு செய்யப்பட்டிருந்தது. இதில் கனடாவின் எதிர்கட்சிகளில் ஒன்றான என்.டி.பி கட்சித்தலைவரும், கனேடிய பாராளுமன்ற உறுப்பினருமான Jack Layton சிறப்பு உரையாற்றியது குறிப்பிடத்தக்கது. 'ஒவ்வொரு கனேடிய பிரஜைக்கும் சமமான உரிமை உண்டு. இங்கு இரண்டாம் தர கனேடியன் என்று ஒன்று கிடையாது' என்று Jack Layton தன்னுடைய உரையில் குறிப்பிட்டார்.

இரத்த அழுத்தம் ஏன்? எதற்கு? எப்படி?

நமது உணர்வு, சிந்தனை, காதல் எல்லாவற்றிற்கும் தளபதி மூளைதான். மனம் என்று குறியீடாகச் சொல்லப்படுவதும் மூளை தான். ஆனால் உடல் இயக்கத்தின் மகாராஜா இதயம் தான். இதன் துடிப்பில்லாமல் உடலில் ஓர் அணுவும் அசையாது.

இதயத்தை சரியாக இயங்கவிடாமல் இயற்கையாகவும், நாம் உருவாக்கிக்கொள் ளும் செயற்கைச் செயல்களாலும் ஏற்படும் இரத்த அழுத்தம் நோய்பற்றி இங்கு பார்ப்போம்.

"நார்மன் காப்ளான்" பிரபல இரத்த அழுத்த நோய் நிபுணர் தமது புத்தகத்தின் முதல் வரியிலேயே எழுதியுள்ளது இதுதான். "Most people will develop hypertension during their life time" அதாவது, நம்மில் அநேகம் பேர் நமது வாழ்நாளில் இரத்த அழுத்தத்தி னால், இரத்தக் கொதிப்பினால் பாதிக்கப்படு வோம். இது பயமுறுத்தல் மட்டுமல்ல உண் மையும் கூட. ஹார்ட் அட்டாக்கும் (Heart Attack) முடக்கு வாதமும் வருவதற்கு இரத் தக்கொதிப்பு நோய்க்கு முக்கிய பங்கு இருக் கிறது. ஹார்ட் அட்டாக் வந்தவர்களில் 50% பேர்களுக்கும், முடக்குவாதம் வந்த 66% பேர்களுக்கும் இரத்தக் கொதிப்பு இருந்தது உண்மை என நிரூபிக்கப்பட்டிருக்கிறது.

இரத்தக் கொதிப்பு என்றால் என்ன? இரத்த அழுத்தத்தின் நிலை தாறுமாறாக உயர்ந் திருப்பதாகும். ஆரோக்கியமான ஒரு மனித னுக்கு சிஸ்டாலிக் (Systolic) அழுத்தம் 130 எம். எம். ஜியும், டயாஸ்டாலிக் (Diastolic) அழுத்தம் 85 எம். எம். ஜியும் இருக்க வேண்டும். இதில் சிஸ்டாலிக் அழுத்தம் 139 எம். எம். ஜி வரையும், டயாஸ் டாலிக் அழுத்தம் 89 எம். எம். ஜி வரையும் போகலாம். இதுதான் பொதுவானது (normal). இதற்கு மேல் ஒரு பொயிண்ட் கூடினாலும் பிரச்சினைதான். இது பலபேருக்கு எந்தவொரு விளைவுகளும் ஏற்படுத்தாமல், எந்த அறிகுறியும் காட்டாமல்,

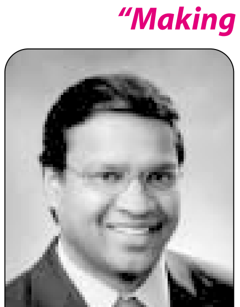
தொடர்ச்சி 8ம் பக்கம்

சந்திரமௌலீஸ்வர சிவாலயம்
ஆலயம் திறந்திருக்கும் நேரங்கள்
வெள்ளி, சனி, ஞாயிறு மற்றும் விசேட தினங்களில்
காலை 7am - மாலை 9pm வரை
திங்கள் - வியாழன் - காலை 7am - 2pm, மாலை 5pm - 9pm
தினமும் ஆறுகால பூஜைகள் நடைபெறும்.
விசேட தினங்களில் பூஜை நேரங்களில் மாற்றங்கள் ஏற்படலாம். ஆலயத்தை அழைத்து பூஜை நேரங்களை நிச்சயப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்
Tel: 416 - 754 - 7338 / 416 -724 -7480
3011 Markham Road , Unit 62 & 63 (North of McNicoll Ave.), Scarboro.

Singapore Communication
Since 1991
$45.00/ Month
• Up to 700 Min Free
• Evenings & Weekends Free
• 2 Year contract
••• Offer Ends without notice •••
Family plan $40.00/ M/2 phones
•100 Min Daytime to share /Weekend Free
• Upgradable for Free Evening with more Min 2500 Min Free
• between 2 phones V/M, C/W, C/C Free
• Buy one phone as low as $49.99 & 2nd Free
••• 2 year contract
More Info. Call: 416-740-5292
5010 Steeles Ave. W., Unit 17 ABC-(Kipling & Steeles)

துரித பணமாற்றுச் சேவை
வவுனியா - கொழும்புச் சுற்றுப் புறங்களுக்கும் - சிங்கப்பூர் - சென்னை ஆகிய இடங்களுக்கும் கடுகதியில் பணம் அனுப்புவதற்கு
மு. காசிப்பிள்ளை & சன்ஸ்
416.267.8221

"Making Dreams Reality"



HomeLife GTA Realty Inc.
Ravi R. Raveendran BSc.(Eng)
Sales Representative
416•817•8479
Bus: 416•321•6969
1711 McCowan Rd., Suite #206, Scarborough, ON. M1S 3Y3
INDEPENDENTLY OWNED AND OPERATED, BROKER

Insurance & Financial Services
Balan Kanapathi (Agent)
• Auto • Home • R.R.S.P • Life
• Disability • Mutual Fund • Group Insurance • Child Education
• Travel & Business
416.321.1515 •905.294.2429
4433 Sheppard Ave. E. Suite 200, (Brimley/Sheppard)

வீடு வாங்க, விற்க...
ரவி பரமு
வீட்டுப் பிரதிநிதி
DIRECT: 416.262.4176
OFFICE: 416.321.6969

HomeLife GTA Realty Inc.
1711 McCowan Rd. Suite #206, Toronto

அறிவும் ஆக்கமும்

விஜய குலத்துங்கம்

எங்கள் மூளை மிகவும் சக்தி வாய்ந்தது என்பது அனைவரும் அறிந்தது. எங்கள் பலருக்கும் கிடைத்திருக்கக் கூடிய அனுபவம் என்னவென்றால் ஒரு சினிமாப் பாடலையோ, வேறு பாடலையோ கேட்கும் போது முன்னர் நடந்த ஒரு சம்பவம் மீண்டும் ஞாபகத்திற்கு வருவது ஆகும். முன்னர் அந்த சம்பவம் நடந்த போது அந்தப் பாடல் ஒலித்திருக்கும். பின்னர் அதே பாடலைக் கேட்கும் போது

அந்த சம்பவம் நினைவுக்கு வரும். இது பல வருடங்களுக்கு முன்னர் நடந்த சம்பவமாகக் கூட இருக்கலாம். சில வேளைகளில் நாம் சிறுவர்களாக இருந்த போது நடந்த சம்பவம் கூட, பெரியவராக வந்ததும் நினைவுக்கு வரலாம்.

இதுபோல 'மணம்' கூட சம்பவங்களை நினைவு கூரக் கூடியதாக உள்ளது. இது சாக்கடையின் துர்நாற்றமாகக் கூட இருக்கலாம், அல்லது நல்ல நறுமணம் கொண்ட 'சென்ற்' வாசனையாகக் கூட இருக்கலாம். சில வாசனைத் திரவியங்களின் மணம் அதை வழக்கமாக உபயோகிப்பவரை நினைவுக்கு கொண்டுவரலாம். சில வேளைகளில் ஊதுபத்தி வாசனை இறந்த வீடு ஒன்றையும், பன்னீரின் வாசனை திருமண வைபத்தையும் நினைவுபடுத்தலாம்.

தற்போது ஆராய்ச்சியாளர்கள் மூளையின் ஒரு குறிப்பிட்ட பகுதிதான் இதற்கு காரணமாக உள்ளது எனக் கூறுகின்றார்கள். இந்தப் பகுதிதான் பாடல், மணம் ஆகியவற்றோடு நடந்த சம்பவங்களை தொடர்புடுத்தி எங்களுக்கு நினைவூட்டுகின்றது எனக் கண்டுபிடித்துள்ளார்கள். அமெரிக்க மாநிலமான டெக்சாஸ் மாநிலத்திலுள்ள ஹீஸ்டன் என்ற நகரத்திலுள்ள Bayer College of Medicine என்ற சர்வகலாசாலையைச் சேர்ந்த ஆராய்ச்சியாளர்களின் பரிசோதனைகளில் இருந்து மூளையின் Hippocampus என்ற பகுதியிலுள்ள CA3 என்ற இடத்தில்தான் இந்த தொழிற்பாடு நடக்கின்றதெனக் கண்டுள்ளார்கள். எலிகளில் செய்த பரிசோதனைகளில் இருந்தே இந்த விடயம் அறியப்பட்டது. இந்த ஆராய்சிக்குக் குழுவின் தலைவரான Dan Johnson என்பவர் கருத்துத் தெரிவிக்கையில் மூளையின் Hippocampus பகுதியிலுள்ள CA3 என்னும் இடத்தில்தான் 'pattern completion' என்ற செயற்பாடு நடக்கின்றது எனக் கூறினார். அதாவது ஒரு பாடலைக் கேட்கும் போது, அரைகுறையாக இருக்கும் மூளையின் பதிவுகளை ஒன்று சேர்த்து, பாடலையும் நடந்த சம்பவத்தையும் ஒன்று சேர்த்து எங்களுக்கு நினைவுபடுத்துக் கின்றது. இந்த ஆராய்ச்சியில் இவர்களுடன் ஜப்பானிலுள்ள sapporo என்னும் நகரத்திலுள்ள மருத்துவ பல்கலைக்கழகத்தைச் சேர்ந்த ஆராய்ச்சியாளர்களும், அமெரிக்காவின் Massachusete Institute of Technology நிறுவனத்தைச் சேர்ந்த ஆராய்ச்சியாளர்களும் ஈடுபட்டிருந்தார்கள். இந்த ஆராய்ச்சி பற்றிய கட்டுரை Journal Science என்ற சஞ்சிகையில் வெளி வந்துள்ளது.

மூளையின் அபார சக்தியை வைத்து இன்னுமொரு தொழில்நுட்பத்தை விருத்தி செய்ய விஞ்ஞானிகள் முயன்று வருகின்றார்கள். தற்போது நாங்கள் மின்கணினியினுள் ஏதாவது தரவை உட்செலுத்த வேண்டுமென்றால் keyboard எனப்படும் கருவியையோ, அல்லது mouse எனப்படும் கருவியையோ உபயோகிக்கின்றோம். ஆனால் எதிர்காலத்தில் எமது கண்ணை உபயோகித்து, எங்கள் பார்வையின் மூலம் மின்கணினியை கட்டுப் படுத்தலாம் என விஞ்ஞான ஆராய்ச்சியாளர்கள் கருதுகின்றார்கள். இலண்டனிலுள்ள Imperial Collegeஐச் சேர்ந்த விஞ்ஞானிகள் இந்த முயற்சியில் தற்போது ஈடுபட்டு வருகின்றார்கள்.

ஒரு பொருளை நாம் பார்க்கும் போது முதலில் கண்கள் அவற்றைப் பார்க்கின்றன. ஆனால் எல்லா வேளைகளிலும் பார்க்கும் பொருட்களை ஆராய்வதில்லை. அதை அடையாளம் காண முற்படுவதும் இல்லை. உதாரணமாக ஒரு நிலத்துக்குக் கீழான இரயில் வண்டியில் செல்லும் போது பல மக்களை எங்கள் கண்கள் பார்க்கின்றன. ஆனால் சிலரை மாத்திரம் கண்கள் பார்த்து அந்தத் தகவலை மூளைக்கு அனுப்பும். மூளையும் அதற்கேற்ப கட்டளைகளை கண்களுக்கோ அல்லது மற்ற உறுப்புகளுக்கோ அனுப்பும். நாம் தெரிந்தவரைக் காணும் போது, கண்கள் அந்தத் தகவலை மூளைக்கு அனுப்ப, மூளை கண்களை மீண்டும் பார்த்து உறுதி செய்யச் சொல்லி, உறுதி செய்த பின்பு அவரை நோக்கி எங்கள் உடலை அசையச் செய்யும். இப்படியாக கண்கள் பார்க்கும் போது என்னவிதமான உயிரியல் அடிப்படையான பார்க்கும் உடற்றொழிலியல் இயங்குகின்றது என்பதை கண்டறிந்து, அதை எப்படி ஒரு மின்கணினியின் பார்வைக்குரிய செயற்பாடாக மாற்றுவது என்பதை விஞ்ஞானிகள் ஆராய்ந்து வருகின்றார்கள்.

தலையில் அணியக் கூடிய infrared கதிர்கள் மூலம் கண்ணசைவை கண்டு கொள்ளக் கூடிய கருவி ஒன்றின் மூலம் ஒரு குறிப்பிட்ட செயற்பாட்டின் போது கண்கள் எப்படி அசைகின்றன என்பதை விஞ்ஞானிகள் கண்டறிய முயற்சி செய்கின்றார்கள். இந்த முயற்சி வெற்றியடையும் பட்சத்தில் mouse அசைத்து மின்கணினியில் உள்ள cursor அசைப்பதற்குப் பதிலாக கண் மூலம் அசைத்துக் கொள்ளக் கூடியதாக இருக்கும்.

அந்தக் காலத்தில் நமது முன்னோர்கள் என்னென்னவோ எல்லாம் செய்தார்கள் என்று பெருமை பேசிக் கொள்கின்றார்களே தவிர நாம் என்ன செய்தோம், செய்கின்றோம், செய்யப் போகின்றோம் என்பது பற்றி சிந்திப்பதே இல்லை.

எங்கள் எல்லோரும் நல்ல மூளை உள்ளது. ஆனால் சிலர் அதை திறமையாக உபயோகிக்கின்றார்கள். சிலர் உபயோகிப்பது இல்லை. அதுதான் வித்தியாசம். மேற்கு நாடுகளில் உள்ளவர்கள் மூளையை திறமையாக உபயோகித்து எதிர்காலத்தை கருத்தில் கொண்டு ஆராய்ச்சிகளையும், புதிய கண்டுபிடிப்புகளையும் மேற்கொள்கின்றார்கள் .ஆனால் மூன்றாம் உலக வளர்ந்து வரும் நாடுகள் மேற்கு நாட்டவர்களின் கண்டு பிடிப்புகளை அனுபவித்துக் கொண்டு, தமது மூளையை சரியான வழியில் உபயோகிப்பதில்லை. முக்கியமாக நம்மவர் இன்னும் பழைய புராணங்களை ஆராய்ந்து கொண்டும் நமது முன்னோர்களின் புகழ் பாடியும் வருகின்றார்கள். அந்தக் காலத்தில் நமது முன்னோர்கள் என்னென்னவோ எல்லாம் செய்தார்கள் என்று பெருமை பேசிக் கொள்கின்றார்களே தவிர நாம் என்ன செய்தோம், செய்கின்றோம், செய்யப் போகின்றோம் என்பது பற்றி சிந்திப்பதே இல்லை. எங்கள் எதிர்கால சந்ததியினர்

எம்மைப் பற்றி பெருமை பேச வேண்டுமானால் நாம் அதற்கேற்ப நமது மூளையை ஆக்க பூர்வமான வழிகளில் சிந்தித்து செயல்பட வேண்டும்.

HOME INSPECTION

• வீடு தரமானது என உறுதிப்படுத்திக் கொள்ள... • வீடு பராமரிப்பு பற்றி விளக்கமாகத் தெரிந்து கொள்ள...

ந. தயாபரன்

Certified Inspection Specialist

Expert Building Inspections LTD.

• Exceed the Standards • Industry Canada Registered • Professionals Serving the GTA • On site Report

24 /7 - Toll Free - 1.866.373.3315 416.727.8336

நாளையை இன்றே தொடுவோம்

• கடந்த சில வருடங்களில் இன்ஸ்ரன்ஸ் பிரிமியம் குறைந்து வந்துள்ளது, உங்களுக்குத் தெரியுமா?
• உங்களுக்கு ஏற்ற காப்பீடு, சரியான பிரிமியத்தில் உள்ளதா என்று தெரிந்து கொள்ள வேண்டுமா?
• குழப்பம் தரும், காப்பீடு பற்றிய விவரங்களை இலகு தமிழில் புரிந்து கொள்ள வேண்டுமா? அப்படியானால் நீங்கள் தொடர்பு கொள்ள வேண்டியவர்.

பெரி. முத்துராமன் 416.430.0623.
A licensed broker, working for you.

இவர் எல்லாக் கம்பெனிகளின் பிரிமிய விவரத்தையும் கூறி, உங்களுக்கு ஏற்ற இன்ஸ்ரன்ஸையும் எடுக்க உதவுவார். பிறகென்ன! இழப்பதற்கு ஒன்றுமில்லை, எல்லாம் லாபம்தான்.

இன்றே தொடர்பு கொள்ளுங்கள் 416. 430.0623
A. Licensed borker working for you.

பெரி. முத்துராமன், MBA, M.COM., PFPC

Insurance Broker

Award Insurance Brokers inc.

Tel. 416-430-0623 Cell. 416-278-2026

விளம்பரம்™
VLAMBARAM™

விளம்பரம் பத்திரிகை விளம்பரம் பப்க்கேஷன்ஸ் ஆல் வெளியிடப்படுகிறது. விளம்பரத்தில் வெளியாகும் ஆக்கங்களுக்கு எழுத்தாளர்களே பொறுப்பாளர்கள்.

பதிப்புரிமை: 2004 விளம்பரம் பப்ளிக்கேஷன்ஸ். விளம்பரத்தில் வெளியாகும் ஆக்கங்கங்களை முழுமையாகவோ, பகுதியாகவோ ஆசிரியரின் எழுத்து மூல அனுமதியின்றி மறுபிரசுரம் செய்தலாகாது.

Vlambaram, P.O. Box 37527, 31 Tapscott Road, Toronto, ON M1B 5P9, Canada
TEL: 416-282-8059, FAX: 416-282-4978
e-mail: vlambaram@sympatico.ca

இரட்டை வேடமற்ற ஒரே முகம்தான் ராமதாஸ்

வெங்கட் சாமிநாதன்

தொடக்கம் என்னவோ சாதாரணமாகத்தான், தமிழ் நாட்டில் எதுவும் பெறும் தொடக்கம் போல், வன்னியர் சங்கம் எனத்தொடங்கப் பட்டது. தன் சாதி வன்னியர்கள் உரிமைகளை அவர்களுக்குப் பெற்றுத்தரவேண்டும், வன்னியர்கள் சில வட மாவட்டங்களிலும் அதைச் சுற்றியுள்ள மாவட்டங்களில் ஒட்டிய சில பகுதிகளில் கணிசமான தொகையில் இருப்பதால் அவர்களுக்காக போராடுவது அவர்களை ஒன்று படுத்தி ஒரு சக்தியாக ஆக்குவது என தொடங்கப்பட்டது. ஒரு சாதியனரை மாத்திரம் தனிமைப்படுத்தி அவர்கள் நலனுக்காக மாத்திரம் என்று நினைப்பது, சுமார் ஒரு நூற்றாண்டுக்காலம் சாதியை ஒழித்த சமத்துவத்திற்காக போராடியதாக வரலாறு சொல்லும் தலைவர்களும் இயக்கங்களும் இருக்கும் தமிழ் நாட்டில் இப்படி ஒரு சங்கம் தொடங்குவது பிற்போக்கான சிந்தனை அல்லவா என்று தோன்றலாம். ஆனால் அப்படி யாருக்கும் எதுவும் தோன்றவுமில்லை. எந்த சீர்திருத்த செம்மலும் அப்படி கேள்வி எழுப்பவும் இல்லை. காரணம், உண்மையில் நோக்கம் ஒன்றும் பிரகடனப்படுத்திக் கொண்ட கொள்கைகள் வேறாகவுமாகத்தான் ஆரம்பமே இருந்தது. 1961-ல் ஆரம்பமே, பார்ப்பன மேலாதிக்கத்தை ஒழித்து, அவர்களிடத்தை நாம் பெறவேண்டும் என்பது நோக்கமாக இருக்க, இலட்சியமோ, தென்னிந்திய நல உரிமை என்று பிரகடனப்படுத்தப்பட்டது. மேல்சாதி முதலியார்களின் உத்யோக வேட்டை, நீதியென்றும், கட்சி நீதிக்கட்சி என்றும் பெயர் பெற்றது. அதுவே பின்னர் திராவிடர் எழுச்சியாகவும், சாதி ஒழிப்புமாக கூடுதல் பெருமை பெற்றது. நடைமுறையில் மேல்தட்டு பிராமணர் திராவிடர் இல்லை என்பது தெளிவாக்கப்பட்டது. அதே சமயம் கீழ்த்தட்டில் இருந்த தலித் அனைவரும் சொல்லப்படாமல், திராவிடர் என்ற தகுதி மறுக்கப்பட்டனர்.

அனேகமாக, ஒவ்வொரு சாதியினரும், இப்போது தம்மை இன்ன இனத்தவர் என்று சொல்லிக்கொண்டு தம் நலன் காக்க, உரிமைகள் கோர, கட்சிகள் ஆரம்பித்தனர். இந்த இனம் சார்ந்த கட்சிகளின் தோற்றம், வேடிக்கையாக, கோமாளித்தனமாக, வரலாற்றின் சோகமாக இருக்கும். ஆனால் அது உண்மை. தேவர்களுக்கு என, தெலுங்கு பேசும் நாயக்கர்களுக்கு என, வட மாவட்ட பறையர்களுக்கு என, தென் மாவட்ட பள்ளர்களுக்கு என, தேவேந்திர குலத்தார்கள் என, விஸ்வகர்மாக்கள் என இப்படியெல்லாம் சொல்லி தனித்தனி அமைப்புகள் பெருகி, தம் உரிமைகளை வலியுருத்தத் தொடங்கியுள்ளனர். தேர்தல் என வந்தால், ஒரு தொகுதியின் பெரும்பான்மையாகவிருக்கும் சாதிக்காரரையே, எந்தக் கட்சியும் தம் சார்பில் வேட்பாளராக நிறுத்தும், எல்லாமே சாதியை ஒழிக்கப் பாடுபடும் கட்சிகள் தான். ஒரு கோரிக்கையோடு ஒரு குழு முதல் மந்திரியிடம் செல்லுமானால், அவர்களின் சாதியைப் பார்த்து, 'உங்க ஆளுங்க தான்யா, கவனிங்க' என்று அந்த திராவிட இனத் தலைவர், அந்த சாதியை சேர்ந்த மந்திரியிடமே அக் குழுவை அனுப்பி வைப்பார் என்று சொல்லப்படுகின்றது.

'கருணாநிதியிடம் போனால் அவர் வேட்டியைப் பிடுங்கிக் கொண்டு விடுவார்' என்று சொல்லி, ஜெயலலிதாவின் கூட்டணியில் சேர்ந்தார்.

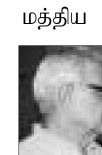
இந்திய அரசியல் சட்டம், தாழ்த்தப்பட்ட வகுப்பினருக்கு, 25% இட ஒதுக்கீடு கல்வி, அரசு உத்யோக துறைகளில் செய்துள்ளது. இது தமிழ் நாட்டில், பிற்பட்ட, மிகவும் பிற்பட்ட வகுப்பினர் என்றெல்லாம் பட்டியலிட்டு இந்த இட ஒதுக்கீட்டை 69% ஆக அதிகரித்துள்ளது. இப்பட்டியல்களில் இடம் பெறுவது என்பது எந்த வகுப்பினருக்கும், தம் அதிகார, பண செல்வாக்கு மூலம் சாத்தியமாகி உள்ளது. இட ஒதுக்கீடு பெற இன்று எல்லாச் சாதியினரும் தம்மை தாழ்த்தப்பட்டவர்க ஆக்கிக்கொள்ளத் தயார் தான். இவ்வகையில் சாதி சமத்துவம் அடைந்ததாகத்தான் கொள்ளவேண்டும். இது, ஆதாயம் தரும் ஒன்றாதலால், அதிர்ச்சி தருவதாக எந்த அரசியல் கட்சிக்கும், தலைவருக்கும் தோன்றுவதில்லை. இந்த சூழ்நிலையில் தான் டாக்டர் ராம்தாஸ் வன்னியர் சங்கம் தொடங்கி, வன்னியருக்கென இட ஒதுக்கீடு கேட்கத் தொடங்கினார். அவருடைய சமீபத்திய கோரிக்கை சொல்கிறது, சென்னை உயர் நீதி மன்றத்தில் உள்ள நீதிபதிகளில் வன்னியர் கள் அதிகம் நியமிக்கப்பட வேண்டும், வன்னியர்கள் இல்லை என்னும் அளவுக்குக் குறைவு என்று. இது தான் தமிழகத்தின் அரசியல் குணசித்திரம். நாடார்கள் வங்கியெனச் சொல்லப்படும் Mercantile Gank-ல் ஒரு முதலியார் எப்படி சேர்மனாக வரலாம்? அதைத் தடுக்க வேண்டும் என்று பிரச்சினை கிளம்பியதாக செய்தி ஒன்று வந்துள்ளது.

ஆனால் வன்னியர்களுக்கான இட ஒதுக்கீட்டை, வழக்கம்போல் அரசு (கருணாநிதி) ஏற்பதாக இல்லை. எந்த அரசம் ஏற்காது என்பதோடு, ஏற்கப்படும் ஒன்றாக இருந்தாலும், தன் பலத்திலேயே எழுந்து வளர்ந்து விடும் எந்த சக்தியையும் கருணாநிதி தன் கட்சிக்குள்ளும் சரி, வெளியேயும் அனுமதிப்பதில்லை. இவ்விடயங்களில் அவர் எப்போதும் நீண்ட கால விளைவுகளைக் கணக்கில் எடுக்கும் தீர்க்கப் பார்வை கொண்டவர். மேலும் வட மாவட்டங்களில் தன் கட்சிக்கு உள்ள வன்னியச் செல்வாக்கை அவர் குறைத்துக் கொள்ள விரும்பமாட்டார். வன்னியர் மக்கள் தொகையில், காங்கிரசுக்கு, மற்றும் கட்சிகளுக்கும் பங்குண்டு. மறைந்த வாழப்பாடி ராமமூர்த்தி வன்னியரிடையே செல்வாக்குள்ள காங்கிரஸ் தலைவர். இத்தோடு இன்னும் ஒரு விடயம். மற்ற இடங்களைப்போலவே, தாழ்த்தப்பட்ட மக்கள் அன்றாட வாழ்க்கையில் நேரடியாக சாதிக் கொடுமைக்கு ஆளாவதும், வன்னியர்களிடம் தான். தாழ்த்தப்பட்ட வகுப்புப் பெண்கள் ரவிக்கை அணிந்து கொள்ளக் கூடாது என்ற தடை இருந்தது வன்னியர் செல்வாக்கு உள்ள கிராமங்களில் தான். இப்போது இத்தடை முற்றாக நீங்கிவிடவில்லை.

தன் கட்சியைக் கண்டு பயப்பட வைக்க, தன் கட்சியைப் பலப்படுத்த, 30-50 வருடங்கள் பழைய மரங்கள் ஒரு நிமிடத்தில் வெட்டி வீழ்த்தப்பட்டால் என்ன? நாட்டுச் சொத்து அழிந்தால் என்ன? இந்த அராஜகம் ஒரு போராட்ட ஆயுதமாற்று.

இதற்கிடையே, தன் வன்னியர் சங்கத்தை பாட்டாளி மக்கள் கட்சி என்று பெயர் சூட்டி, அரசியல் கட்சியாக பிரகடனம் செய்தார் ராமதாஸ். வன்னியர் எல்லோரும் பாட்டாளிகளும் அல்லர். பாட்டாளிகள் எல்லோரும் வன்னியர்களும் அல்ல. தன் கட்சி வன்னியர்களுக்கு மாத்திரம் அல்ல, (தன் தலைமையை ஏற்றுக்கொள்ளும்) எல்லாருக் கும் இக்கட்சியின் கதவு திறந்துள்ளது என்று ராமதாஸ் சொல்ல விரும்பினார். இன்னும் ஒரு புது யுக்தியையும் கையாண்டார். சாலை மரங்களை வெட்டி சாலையின் குறுக்கே சாய்த்தனர் பாமகவினர். போக்குவரத்து ஸ்தம்பித்தது. அன்றாட வாழ்க்கை பாதிக்கப்பட்டது. அரசை, மக்களை தன் கட்சியைக் கண்டு பயப்பட வைக்க, தன் கட்சியைப் பலப்படுத்த, 30-50 வருடங்கள் பழைய மரங்கள் ஒரு நிமிடத்தில் வெட்டி வீழ்த்தப்பட்டால் என்ன? நாட்டுச் சொத்து அழிந்தால் என்ன? இந்த அராஜகம் ஒரு போராட்ட ஆயுதமாயிற்று. ஒரு கட்சித் தலைவர் கூட இது பற்றி அதிகம் யோசிக்கவில்லை. இது நாட்டை அழிக்கும் துரோகச் செயல் என்று அவருக்கும் தோன்றவில்லை. வேறு யாருக்கும் சொல்ல தார்மீக உரிமையும் இருக்கவில்லை. மற்ற கட்சிகள் பஸ்சை எரித்தன. ஒரு கட்சித் தலைவரின் இரு புதல்வருக்கிடையேயான அதிகாரப் போட்டியில் அரசுப் பேரூந்துகள் கொழுத்தப்பட்டன. புதல்வர்களின் தந்தை முதல் மந்திரியும், கட்சித் தலைவரும் ஆனதால், எந்த நடவடிக்கையும் எடுக்கப்பட வில்லை. அதே தலைவர், மாணவியரை வைத்து பஸ்ஸை எரித்த காட்சியை தன் பிரச்சாரத்திற்குப் பயன்படுத்திக் கொண்டார். அக்காட்சி மாதக்கணக்காக திரும்பத்திரும்ப தொலைக்காட்சியில் காட்டப் பட்டது- எரித்தது எதிர்க்கட்சியினர் என்பதால். அரசியல் கட்சிப் போராட்டங்கள் தமிழ் நாட்டில் வன்முறையிலும் பொருட் சேதத்திலுமே உருவெடுத்து முடிவடைகின்றன.

ராமதாஸ் வளர்ந்தார். கட்சியும் வளர்ந்தது. வன்னியரிடையே ராமதாஸ் செல்வாக்குப் பெற்றுவிட்டாலும், தேர்தலில் தனித்து நின்று எந்தத் தொகுதியிலும் வெற்றி பெரும் பலம் அவருக்கு இல்லை. உண்மையில் யாருக்கும் இல்லை. 130 வருட பாரம்பரியம் உள்ள காங்கிரசுக்கும் இல்லை. 50 வருட பாரம்பரியம் உள்ள திமுகவுக்கும் இல்லை. இந்நிலையில் எந்த கட்சி சட்டமன்ற தேர்தலுக்கு தனக்கு அதிக தொகுதிகளை ஒதுக்க சம்மதிக்கின்றதோ அதற்கே தன் ஆதரவு என்று பகிரங்கமாக அறிவித்து செயல் பட்டு வருகிறார் ராமதாஸ். மிக நேர்மையும் உண்மையும் உள்ள மனிதர். கொள்கைப் பிரகடன சவுடால் எதுவும் அடிக்காது, தன் இலட்சியம் அதிகாரம் அதற்காக பேரம் பேசுவது தான் தனது அரசியல் என்று, இரட்டை வேடமற்ற ஒரே முக ராமதாஸை பாராட்ட வேண்டும். மற்ற தலைமைகள் தமக்கு இரட்டை வேடம் இன்னும் தேவை என்று நம்புகின்றன. அது தான் வித்தியாசம். செயல்பாட்டில் இல்லை. ஒரு தேர்தலில் திமுகவோடு பேரம் பேசி ஏமாற்றம் அடைந்தவர், அடுத்த தேர்தலின் போது, 'கருணாநிதியிடம் போனால் அவர் வேட்டியைப் பிடுங்கிக் கொண்டு விடுவார்' என்று சொல்லி, ஜெயலலிதாவின் கூட்டணியில் சேர்ந்தார். பாண்டிச்சேரி தனக்கே வேண்டும் என்று கேட்டுப் பெற்றார். அது தனி மாநிலம். அங்கு வெற்றி பெற்றால் மாநில அரசும், முதல் மந்திரி பதவியும் பாமகவுக்குத் தான் என்று கணக்கிட்டார். ஆனால் அங்கு படுதோல்வி அடைந்தார். அதிமுக தலைமையிலான கூட்டணி என்றால் அது ஜெயலலிதாவின் விருப்பத்திற்கு பணிதல் என்பதுதான் பொருள் என்றாலும் முதன் முறையாக பாரதீய ஜனதா கட்சி மத்தியில் அரசு அமைத்ததால் ஜெயலலிதாவின் கூட்டணியால், மத்திய அரசில் மந்திரி பதவி வகிக்கும் பேற்றை பாமக பெற்றது. தமிழ் மாநிலத்தின் ஒரு சின்னகட்சி மத்திய அரசில் பங்கு பெறுவதென்றால், பாமக



வின் அந்தஸ்தும் ராமதாஸின் அந்தஸ்தும் உயர்ந்தன. அந்தப் பேறு கூட்டணியில் இருந்த வைகோவுக்கும் கிடைத்தது.

APPLEMORE AUTOMOTIVE

உட்புற, வெளிப்பு திருத்த பராமரிப்பு வேலைகளுக்கு என்றும் உங்கள் மத்தியில்

ONTARIO'S DRIVE CLEAN
Accredited Test & Repair Facility

- Detailing
- Motor Shampoo
- Interior Shampoo
- Exterior Wash
- Waxing
- Repairs
- Safety Certification
- Overall Maintenance
- Under Coating
- Rust Proofing

416-285-4998

435 Midwest Road. Unit B5, Scarborough, ON. M1P 3A6

SPECIAL

வருங்கால இளைஞர்களே!

ஏடு துவக்கி பள்ளி செல்லும் இளைஞர்நாள் நாளை. நாடு போற்றும் நல் அறிஞர் நீங்களே. வீடு தோறும் தமிழ் வளர வேண்டும். அது வீதி தோறும் அலைமோத வேண்டும். காடு மலை மேடு பள்ளம் வானம் கடல் சூழ்ந்த மாநிலங்கள் எங்கும் தாய்மை அன்பு, தமிழ் தரணி பாசம் தழைத்தோங்க வழி சமைக்க வேண்டும். செந்தமிழ்பற்றார்வம் கொண்டு நம் தேசத்தை மீட்டெடுக்க வேண்டும். ஆல் போல் செந்தமிழ் வளர அதன் அரும் விழுதாய் நீர் வளர வேண்டும். இறை அருளை நெஞ்சில் இருத்தி செறிவான செல்வமும் தேடி அறிவியலை வாழ்துவரில் தினமும் அது அழிவினையும் அடிமையையும் போக்கும். வானியல் ஆராய்ச்சி ஆர்வம் மற்றும் வையத்தில் கலை ஆர்வம் தொலை நோக்குக் கொண்டு வானியல் வல்லுனருமாகி நீங்கள் வருங்கால கலிலியோ நியூட்டனுமாகி மின்கணித்துறையில் விளங்க பல மேதைகள் அடி சுவட்டை நாடி. வள்ளுவன் கம்பன் வழி வழி வந்து வையகம் போற்றும் ஔவை இளங்கோவாய் பாரில் மகாகவி பாரதி மற்றும் தரணி போற்றும் தனிநாயக அடிகள் கலாயோகி ஆனந்த குமாரசாமியுமாகி தமிழ் நாட்டின் தவ யோகி விபுலானந்த அடிகள் உள்ளம் திடம் கொண்ட நம்பிக்கையோடு உள்ளத்தின் சக்தி அனைத்தையும் கூட்டி பல்லவர் காலத்துக் கலைகளும் சற்று பாரினில் சிற்பம் சித்திரப்பெரும்கோபுரம் தேரும் சீரிய எழிலுடன் செய்திடல் வேண்டும். வெண்மதியின் தண்ணெழில் என்றும் விண்மீனின் மின்னொளியில் நீந்தி மாளாத்துயர்கள் வரினும் வாழ்வு கடமைகள் உண்டு. அழிவு மரணம் அடுக்கடுக்காய்வரும். அழுதோலம் விடுவோம். திசைமாறிப் பேசுவர். பிரிவும் பிளவும் பிணியும் தொடரும். பிரிந்தவர் கூடில் மனம் மாறிப் போவர். வாள் வீச்சாய் போன்ற வாயாடிக் கூட்டம் பேயாட்டம் காட்டி தாலாட்டுப் பாடும். கொள்ளை நலம் காக்கும் குலராமன் கூட்டம் மெள்ள குழி தோண்டி வேடிக்கை பார்க்கும். அஞ்சிப் பயந்து அடங்கி விடாதே. அடிபட்ட நாகம் நீ. தாக்குண்ட சிங்கம் நீ. இருவிழிகள் மங்கும். இதயம் மயங்கும். விதம் விதமாகவே பயங்களும் கூட்டும். தாயின் இதயம் குளிர தந்தையின் உள்ளம் மலர தூய மென்மலர் தூவி விட்டே தினம் ஆமெனக் காட்டும் அழகும் உறுதியும் அன்பில் அடங்கி ஆற்றும் வலிமையும் கனவிலும் முன்னோர் கண்டிரா வகையில் உளதென ஆகி ஓங்கிடல் வேண்டும். உங்கள் பணியே இதுவெனக் கொள்வீர்.

வீர தீர பராக்கிரம அன்பு நேசம் பாசம் அடைக்கலம் அபிமானம் ஈவு இரக்கம் கொடை தானம் தர்மம் தன்மானம் தாய்ப்பாசம் சகோதரபாசம் மொழி மத இன பற்று யாவுமே இடம் பெறட்டும். தாய் நாட்டை நேசிக்க வேண்டும். விலை போகாது சோம்பல் என்று தூங்காதே. துணையுமில்லை என்று ஏங்காதே. பணம் இல்லையென்று பதுங்காதே. மொழி தெரியாதென்று தயங்காதே. துணிந்து போ பணிந்து போகதே. அஞ்சி வாழ்ந்தாலும் கெஞ்சி வாழாதே நம்ப நட நம்பி நடவாதே இரக்கம் காட்டு ஏமாறாதே. சொரிய கொடுத்துக் கொடுத்துக் கெடுக்காதே அன்பாய் இரு அடிமையாகாதே அடிமையாகாதே.

வாழ்ந்து பார்ப்போம்

வாழ்ந்து பார்ப்போம், வாழ்ந்து பார்ப்போம்
வாழ்க்கை இது சுலபம், சுலபம்
வாழத்துணிந்தால் எதுவும் நடக்கும், நடக்கும்
ஒன்று பட்டால் தமிழ் ஈழம் நமக்கே, நமக்கே

மனமே! மனமே! மனித மனமே!
துயரம் கண்டு துவண்டு விடாதே, விடாதே
துன்பம் வந்தால் துளைக்கும் ஈட்டியாய் எண்ணாதே
செதுக்கும் உளி எனக் கொள், கொள்
நம்நாடும், நம் மூச்சும் தமிழ் ஈழம், ஈழமே
நம் வேங்கையர் தந்தது சுதந்திர தாகம், தாகமே
அந்நியர் எதிர்ப்பரோ, அடிமைகளோ நாம், நாம்
ஆர்த்தெழுவோம் போர் முனையில், முனையில்
கருவினில் வளரும் குழவியின் உடலில்
தைரியம் வளர்ப்பாள் தமிழ் அன்னை, அன்னை
களங்கம் வந்தால் பெற்றவள் மானம், மானம்
காத்திட எழுவான் அவள்பிள்ளை, பிள்ளை
வெற்றித் தமிழ் ஈழமே! வீரத்தின் விளைநிலமே!
கற்றவர் போற்றும் கலையகமே, அகமே
நேற்றைய துயரம் நாளை வராமல்
செல்வோம் செல்வோம், போர்க்களம், போர்க்களம்
வாழ்ந்து பார்ப்போம், வாழ்ந்து பார்ப்போம்
வாழ்க்கை இது சுலபம், சுலபம்

- திருமதி. நீற்றா பாலேந்திரா
ரொறன்ரோ

தமிழர் நிர்வாகத்தில் ஒரு

EMBASSY

விசா கிடையாது, பாஸ்போட் வழங்கப்படமாட்டாது

ஆனால்

- *வீட்டிற்குத் தேவையான தரமான உணவுப் பொருட்கள், (Groceries)*
- *இலங்கை / இந்திய இனிப்புப் படையல் (Sweets)*
- *இலங்கை / இந்திய உணவகம் (Restaurant)*

416-332-8451
Finch / Middlefield
5200 Finch Ave., Scarborough

சமோசாவிற்கு அழையுங்கள்
416-332-0944

சமர்பனா டான்ஸ் அகடமி
Samarpana Dance Academy

தேவா குணசீலன்
Artistic Director & Principal

பரத நாட்டிய வகுப்புக்கள் கலாஷேத்ரா பாணியில் (Kalakshetra Style) நான்கு இடங்களில் (4 locations) கற்பிக்கப்படுகின்றது.
East York, Scarborough, Markham, Brampton
வயதிற்கு ஏற்ப தனி வகுப்புகள் உள்ளன. All age groups welcome.
ஆண்டு பரீட்சைகள், பள்ளி ஆண்டுவிழா, சான்றிதழ்கள் வழங்கப்படும். அரங்கேற்றம் நடத்தப் படும். மேலும் அரங்கேற்றம் முடித்தவர்கள், பல மேடைகளில் நடனம் புரிய விரும்புபவர்களும் (Stage Performance), மற்றும் புதிதாக சேர விரும்புபவர்களும் அழையுங்கள்.

416.944.2392
gunadance@yahoo.com
Admisions open till vijayadashimi

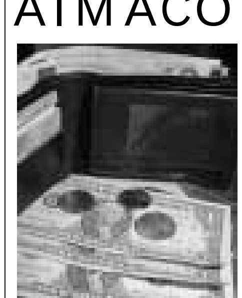
தமிழ் மக்களின் நெருங்கிய நண்பர்

ரவி நடராஜா

- வாகன விபத்துக்குள்ளாகியவரின் இழப்பீடு பற்றிய தகுந்த ஆலோசனைகள் வழங்கப்படும், உரிய இழப்பீடுகள், மற்றைய இழப்பீடுகள், விபத்துக்குள்ளாகியவரின் சம்பள இழப்பீடுகள் மற்றும் வாகன விதி முறைகளை மீறிய குற்றங்கள் Accident & Traffic Ticket

(14 Years Insurance Claims Experience)
416-245-6555 2095 Weston Road, Suite 203, Toronto, ON
416-755-2801 2390 Eglinton Ave., E. Suite 223, Scarborough. ON

AIMACON FINANCIAL MORTGAGES



Commercial / Residential Financing

- Mortgages
- Line of Credit
- Refinance
- Debt Consolidation

Upto 100% Financing
வீடு வாங்க வேண்டுமா
வியாபாரங்கள் துவங்க வேண்டுமா வெளிநாடுகளில் முதலீடு செய்ய வேண்டுமா

சகல விதமான நிதி தேவைகள் ஆலோசனைகளுக்கு இன்றே நாடுங்கள் **அருள் ஜெகநாதன்**
416.288.0250 / 647.831.2943

புகழ் யாருக்கு?

சாதாரண மனிதன் சிந்தனையிலிருந்து

பொங்குதமிழ் நிகழ்வுகளை வெற்றி பெறவைக்க அலை அலையாக திரண்டு வந்த ஈழத்தமிழ் ஜன சமுத்திரமா? வெள்ளமா? என பிரமிக்கவைக்கும் அளவுக்கு ஆதரவு கொடுத்தது. ஈழ மண்ணில் தமிழ் மக்களின் சுபீட்சமான வாழ்வுக்கான முதல்படியாக பேச்சுவார்த்தையை ஊக்குவிக்கவும், உலக அரங்கில் ஈழத்தமிழ் மக்கள் சமாதானத்தையே விரும்புகிறார்கள் என்பதனை ஆணித்தரமாக எடுத்துச் சொல்வதற்காகவும் ஆகும். அதுபற்றி ஈழத்தமிழர்களாகிய நாம் பெருமைப்பட்டுக்கொள்ளும் அதே வேளையில் தமிழீழம் அல்லாத ஒரு மண்ணில், கனடிய நாட்டில் பல இனமக்களுடன் சேர்ந்து வாழும் நாம் மற்றைய இனத்தவர்கள் அது பற்றி என்ன எண்ணுகிறார்கள் என்பது பற்றி அறிந்து கொள்ள தலைப்பட்டதில் கிடைத்த விடயங்கள் உங்களுக்காக. ஈழத்தமிழ் மக்கள் பற்றிய பொதுவான கணிப்பே எமது இனம் இந்த மண்ணில் தலை நிமிர்ந்து வாழ வழி வகுக்கும். செல்லும் இடங்களில் சிறப்புடன் நடாத்தப்பட மற்றயவர்களின் மதிப்பை பெறுவது மிக முக்கியம்.

கனடிய ஊடகங்கள், சாதாரணமாக அமெரிக்க தூதரகத்தின் முன்பாக பத்துப்பேர் கூடி நின்று கோசமிட்டு ஈராக்கை விட்டு வெளியேறு என்று கண்டனம் தெரிவிப்பவர்களுக்கு கொடுக்கும் முக்கியத்துவம், குறைந்தது ஐம்பதினாயிரம் தமிழர்களாவது திரண்டு இருப்பார்கள் என்று நாம் கணிக்கும் பொங்குதமிழ் நிகழ்வுக்கு கொடுக்கவில்லை. அதிலும் கனடிய அரசியலில் அங்கம் வகிக்கும் NDP கட்சியின் தலைவர் ஜக் லேரன் உரை நிகழ்த்திய போதும் அசட்டை செய்யவில்லை. கனடிய ஊடகத்துறையில் தொழில் புரியும் ஒரு சிலரது தொடர்பினை உதவியாக கொண்டாவது காரணத்தை அறியலாம் என்று தொடர்பு கொண்ட போது கிடைத்த தகவல்; உலக நாடுகளால் தடை செய்யப்பட்ட ஓர் இயக்கத்தை மையமாக வைத்து ஈழத்தமிழர்கள் காரியங்களை செய்வதனால் ஈழத்தமிழர்களின் எந்த முயற்சியும் பயங்கரவாதத்தை ஆதரிப்பதாகவே கருதப்படுவதாகவும் அந்த இயக்கத்தை பற்றியும், அதன் நடவடிக்கைகள் பற்றியும் பல ஈழத் தமிழர்களே அதிருப்தி தெரிவித்தும், இப்படியான ஒன்று கூடல் அந்த இயக்கத்தின் பெயரால் பல வகைகளிலும் இலாபம் அடையும் சிலர் இங்குவாழும் தமிழ் மக்களை ஏமாற்றி சுரண்டிப் பிழைப்பதற்காக எடுக்கப்பட்ட செப்படி வித்தையே என்றும், இந்த ஒன்று கூடலை தடைசெய்ய வேண்டும் என்றும் பாராளுமன்ற உறுப்பினர்களிடமும் பொலீஸ் போன்ற உளவுத்துறைகளுக்கும் தெரியப் படுத்தி உள்ளார்கள் என்றும், ஈழத் தமிழர்களே எதிர்ப்பு தெரிவிக்கும் அளவிற்கு இருக்கும்போது அரசாங்கமும் ஊடகங்களும் அதற்கு ஏற்றவகையில் அவதானமாக நடக்க வேண்டிய கட்டாயத்திற்குள்ளாக்கப்பட்டன என்றும் தெரிவிக்கப்பட்டது.

அந்தத் தகவலை ஊர்ஜிதம் செய்யும் வகையில் திங்கள் (செப்ரம்பர் 27ஆம்) CFRB 1010 வானொலியில் காலை 9:00 மணி முதல் நடாத்தப்பட்ட உரையாடலில் Jack Leyton பேசுகையில் வேலுப்பிள்ளை பிரபாகரனை நெல்சன் மண்டேலாவுக்கு இணையான தலைவர் என்று புகழ்ந்து பேசினார் என்றும், கொலைகள் செய்யும் ஒரு பயங்கரவாத இயக்கத்தலைவரை, மண்டேலாவிற்க்கு ஒப்பிட்டு கூறியது சரியா என்ற வகையில் உரையாடல் சென்றது. கவலைக்குரிய விடயம் என்ன வெனில் அந்த நிகழ்ச்சியை நடாத்திய Bill Carol என்ற ஒலிபரப்பாளருக்கு இலங்கையில் பேசப்படும் மொழிகள், இனங்கள் பற்றி தெரிந்து இருக்குமோ தெரியாது. உண்மை நிலையும் தமிழர்கள் காலத்திற்குகாலம் தாக்கப்பட்டு, கொலைசெய்யப்பட்ட விடயங்களாவது தெரியுமோ என்றும் தெரியவில்லை. அதற்காக அவர் இலங்கை அரசிற்கு ஆதரவாளர் என்று நாம் முடிவு கட்டிக்கொள்ளவும் முடியாது. ஆனால் எமது விடிவிற்காக வேண்டி நாம் செய்த ஒன்று கூடலை எமது இனத்தை, எமது வாழ்க்கைப் போராட்டத்தை மேலும் வானொலிகளினூடாக கனடிய மக்களுக்கு திரும்பவும் பிழையான வகையில் கொச்சைப்படுத்தப்பட்டது தான் பெரும் கவலை. ஒரு சில தமிழர்களும் சிங்களப்பெண்ணை திருமணம் செய்த வெள்ளையர் ஒருவரும் என்று உரையாடலை மோசமாக்கும் வகையில் கடித்து குதற வெளிப்பட்டதும் வானொலியை நிறுத்திவிட்டு மனதிற்குள் புழுங்கியதுதான் மிச்சம். தமிழ் வானொலிகளில் எம்மை நாமே புகழ்ந்து வெற்றியை கொண்டாடிக் கொண்டு இருக்கும் அதே வேளையில் மற்றைய இனத்தவர்கள் இழிவாக பேசாமல் இருக்க வைப்பதற்கு என்ன செய்யலாம்?

ஒன்று எவர் எப்படி பேசினால் எமக்கென்ன என்று இருந்து விடலாம். மற்றையது இயன்றவகையில் எம்மிடையே உள்ள ஒற்றுமையில் இருக்கும் ஓட்டைகளை அடைக்க முயலவேண்டும். பொங்கு தமிழ்போன்ற ஒன்றுகூடலை தடைசெய்ய வேண்டும் என விரும்பும் ஈழத்தமிழர்கள் சிங்கள அரசின் அடிவருடிகள் என்றும், சிங்கள இராணுவத்தால் ஈழத்தமிழர்கள் அழிபடுவதை விரும்புபவர்கள் என்றும் நாம் சொல்லி விட முடியாது. போராட்டம் மூலம் பிரச்சினைகளை தீர்ப்பது ஒரு வழி, அரசியல் மூலம் பிரச்சினை தீர்ப்பது இன்னொரு வழி. அரசாங்கங்களை உதவிக்கு அழைப்பதற்கு அரசியல் வழியே சரியான வழி. அதன் ஆரம்பம் தான் பொங்கு தமிழ் என்பதனை கனடிய மக்களுக்கும், ஊடகங்களுக்கும், அரசிற்கும் தெரியப்படுத்த நாம் செய்ய வேண்டியது. இந்த மண்ணில் எமது நல்ல நடத்தைகளே ஆகும்.

சிந்தனை தொடரும்

பரம் ஜி

ஒரு சாதாரண மனிதன்

நீரிழிவு நோயாளர்கள் மது அருந்தலாமா?

9ஆம் பக்கத் தொடர்ச்சி

கண்டிருக்கின்றேன். உடனடியாக சீனியை சாப்பிடக் கொடுத்து அவரது நிலைமையைக் கட்டுப்படுத்த முடிந்தது.

நிலைமை இன்னும் மோசமாகினால் இந்நபர் மயக்கம் அடைந்து விடுவார். மயக்கம் அடைந்தவர்களுக்கு உண்பதற்கு எதுவும் கொடுக்கக் கூடாது. அவருடைய தொண்டைக் குழிக்குள் பலவந்தமாக உணவுப்பொருட்களைத் திணிப்பது அவருடைய சுவாசத்தை தடைப்படுத்தி உயிராபத்தை ஏற்படுத்தி விடலாம். இச்சமயத்தில் தொலைபேசி இலக்கம் 911 அழைப்பதைத் தவிர வேறுவழியே இல்லை.

பொதுவாக சலரோக வருத்தத்தால் உங்களுடைய நெருங்கிய நண்பர்களோ, உறவினர்களோ பாதிக்கப்பட்டு அவர்களோடு நெருக்கமாக அடிக்கடி சந்தித்துப் பழகுகின்ற நிலைமை இருக்குமேயானால் இத்தகைய Hypoglycemia நிலைமையில் என்ன செய்யவேண்டும் என்று முன்கூட்டியே அவரைக் கேட்டுத் தெரிந்து வைத்திருங்கள்.

சலரோக நோயாளிகளும் தமக்கு Hypoglycemia நிலைமை ஏற்பட்டால் உடனடியாக குருதியில் இருக்கக் கூடிய குளுக்கோசின் அளவை 3.5mmol/l க்கும் மேலாக அதிகரிக்கக் கூடிய உணவுப் பதார்த்தங்களை எப்போதும் தம் கைவசம் வைத்திருக்க வேண்டும். முக்கியமாக இந்நோயாளிகள் தமது வீட்டை விட்டு வெளியே பயணம் செய்கின்ற நிலைமை ஏற்பட்டால் இவ்வாறான முன் ஏற்பாட்டுடன் பயணம் செய்வது அத்தியாவசியம். ஏன் என்றால் பல்வேறு காரணிகளால் இவர்களுடைய சாப்பாட்டு நேரம் தடைப்பட்டுப் போகலாம்.

இன்சுலின் மற்றும் சலரோக மாத்திரைகளைப் பாவிக்காமல் தமது உணவுப்பழக்கம் மற்றும் உடற்பயிற்சிகள் மூலம் குருதியில் உள்ள குளுக்கோசின் அளவையும், நீரிழிவு நோயையும் தமது கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைத்திருப்பவர்களுக்கு இவ்வாறான Hypoglycemia நிலைமை ஏற்படுவது பெரும்பாலும் சாத்தியமில்லை.

அது எப்படி உணவுப் பழக்கவழக்கத்தால் நீரிழிவு நோயை கட்டுப்படுத்துவது? இது சாத்தியமா?

சாத்தியம் தான். ஆச்சரியமாக உள்ளதா? இதில் ஆச்சரியப்படுவதற்கு எதுவுமே இல்லை. என்னுடைய குருதியில் உள்ள குளுக்கோசின் அளவு அதிகரித்துள்ளது என்று எப்போது எனது குடும்ப வைத்தியர் சொன்னாரோ, அன்றே எனது உணவுப் பழக்கத்தில் திடீர் மாறுதலை ஏற்படுத்தினேன். அன்றில் இருந்து எனது குருதியின் குளுக்கோஸ் அளவு எனது கட்டுப்பாட்டுக்குள்ளேயே உள்ளது. எனது குருதியின் குளுக்கோஸ் மட்டம் 5.4mmol/l இல் இருந்து 8mmol/l க்குள் இருந்து வருகின்றது.

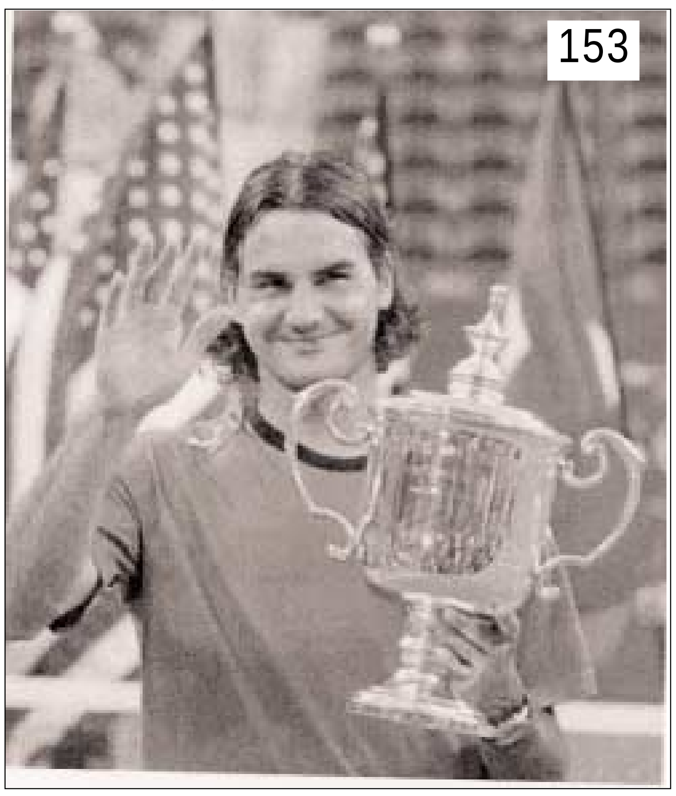
உணவு பழக்க வழக்கத்தால் நீரிழிவு நோயை எவ்வாறு கட்டுப்படுதலாம் என்பது பற்றி, Ryerson University யில் எனக்கு கிடைத்த அனுபவமே, எனது குருதிக் குளுக்கோசின் அளவை கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருக்க உதவியது. நமது உணவுப் பழக்கத்தில் கட்டுப்பாட்டையும், மாறுதலையும் செய்வதன் மூலம் எல்லோராலும் தமது குருதியில் உள்ள குளுக்கோசின் அளவை நிச்சயமாகக் கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைத்திருக்கலாம். இது பற்றி அடுத்தவாரம் உங்களுடன் நான் பகிர்ந்து கொள்கின்றேன்.

வீட்டில் - முதலீடு வீண்விரயமாவதில்லை....
வீட்டில் - முதலீடே எம் வாழ்க்கைக்கு மூலதனம்!
பாதுகாப்பாக உங்கள் பணத்தை வீட்டில் முதலிட்டு
வாழ்க்கையில் வெற்றிபெற அழையுங்கள் பரம். ஜி
பாடுபட்டு உழைத்த பணத்தை வீடுகளில் முதலிடும் வழிகளை அறிய நாடுங்கள்
Param Gnana
Sales Representative
HomeLife GTA Realty Inc.
www. themathuram.com
Cell: 416 230 1107 Bus: 416 321 6969
Res: 905 670 9969 (Mississauga)

ரெனிஸ் இல் ரஷ்ய பெண்களின் ஆதிக்கம்

U.S OPEN 2004

ரெனிஸ் மகளிர் பிரிவு ஆட்டங்களில் தற்போது ரஷ்ய வீராங்கனைகள் தங்கள் திறமைகளை காட்ட துவங்கியுள்ளனர். இதில் முக்கியமாக இளம் வயதிலேயே Grand பட்டங்களை நோக்கி வெற்றிகளை ஈட்டுகின்றமை குறிப்பிடத்தக்கது. ஒரு காலத்தில் அமெரிக்க மார்டினா நவரத்ன லோகா (Martin Navaratnalogo) காலத்தில் இருந்து அதனை ஜேர்மன் (ஸ்ரெபி) ஆதிக்கம் முறியடித்தது. பின்பு சுவிஸ்லாந்து ஆதிக்கம் செலுத்தியது. (கிங்கெஸ்) பின்பு மீண்டும் வில்லியம்ஸ் சகோதரிகளின் அமெரிக்க ஆதிக்கம் தொடங்கியது. இதனை பெல்ஜியம் நாட்டு வீராங்கனைகள் முறியடித்தார்கள். தற போது ரஷ்ய வீராங்கனைகள் மேலோங்கியுள்ளனர்.



அமெரிக்க ஓபன் ரெனிஸ் போட்டியில் ஆண்கள் ஒற்றையர் இறுதிப்போட்டியில் வெற்றிபெற்ற ரோஜர் பெடரர் வெற்றிக் கோப்பையுடன் போஸ் கொடுக்கும் காட்சி

US ஓபன்: அரை இறுதியில் ∴பெடரர், ஹேவிட்

நியூயோர்க் நகரில் நடைபெற்ற யுஎஸ் ஓபன் டென்னிஸ் போட்டியின் அரை இறுதிக்கு சுவிற்சலாந்தின் ரோஜர் ஃபெடரர், அவுஸ்திரேலியாவின் லேடன் ஹேவிட் ஆகியோர் தேர்வு பெற்றனர். அதே நேரத்தில் நடப்புச் சாம்பியனான அமெரிக்காவின் ஆண்டி ரோடிக் கால் இறுதியில் தோல்வியடைந்தார். ஆடவர் கால் இறுதி ஆட்டத்தில் சுவிற்சலாந்தின் ரோஜர் அமெரிக்காவின் ஆந்த்ரே அகஸ்ஸியை வென்றார். நடப்பாண்டில் தொடர்ந்து 3 கிராண்ட் ஸ்லாம் பட்டங்களை வெல்லும் முனைப்புடன் ஃபெடரர் அரை இறுதியில் பிரிட்டனின் டிம் ஹெம்மேனைச் சந்தித்தார்.

தரவரிசையில் முதலிடத்தில் உள்ள ஃபெடரர் இரு நாள்களில் 3மணி 2நிமிடங்களில் அகஸ்ஸியை வென்றார். முதல் முறையாக யுஎஸ் ஓபன் அரை இறுதிக்கு ஃபெடரர், தேர்வு பெற்றார். அரை இறுதியில் மோதிய ஹென்மேனுக்கு எதிராக இதுவரை விளையாடிய 8ஆட்டங்களில் 6 இல் ஃபெடரர் தோல்வியடைந்துள்ளார். அதே நேரத்தில் தற்போது மிகவும் சிறப்பான ஃபார்மில் ஃபெடரர் உள்ளார் என்பதை இவ் வெற்றி மூலம் நிரூபித்துள்ளார்.

1988 இல் மாட்ஸ் விலாண்டர் மூன்று கிராண்ட் ஸ்லாம் பட்டங்களை வென்று சாதனை படைத்தார். அச்சாதனையை தற் போது ஃபெடரர் சமன் செய்துள்ளார். மற் றொரு கால் இறுதியில் தரவரிசையில் 5-வது இடத்தில் உள்ள டிம் ஹென்மேன் ஸ்லோவாகியாவின் டொமினிக் ஹர்பாதியை வென்றார்.

ரோடிக் தோல்வி: மற் றொரு கால்இறுதி ஆட்டத்தில் நடப்புச் சாம்பியனான அமெரிக் காவின் ஆண்டி ரோடிக் தோல்வியடைந்தார். ஸ்வீடனின் ஜோசிம் ஜோகன்சன் ரோடிக்கை வென்றார். பிறிதொரு காலிறுதியில் 2001 சாம்பியனான அவுஸ் திரேலியாவின் லேடன் ஹேவிட் ஜேர்மனியின் டோமிஹாசை வென்றார். அரையிறுதியில் ஜோகன் சனைச் சந்தித்த ஹே விட், ஜோகன்சன் முதல் முறையாக கிராண்ட் ஸ்லாம் போட்டியில் அரைஇறுதிக்கு தேர்வு பெற்றார்.

மகளிர் பிரிவு: மகளிர் பிரிவின் அரை இறுதிகளில் இரண்டு அமெரிக்க மற்றும் இரண்டும் ரஷ்ய வீராங் கனைகள் மோதினர். முதல் அரை இறுதியில் ரஷியா வின் எலினா தெமன்தீவா ஜெனிபர் காப்ரியாட்டியைச் சந்தித்தார். மற்றொரு அரை இறுதியில் ஸ்வேத் லானா குஸ்நெத்சோவா லிண்ட்சே டேவன் போர்ட்டைச் சந்தித்தார்.

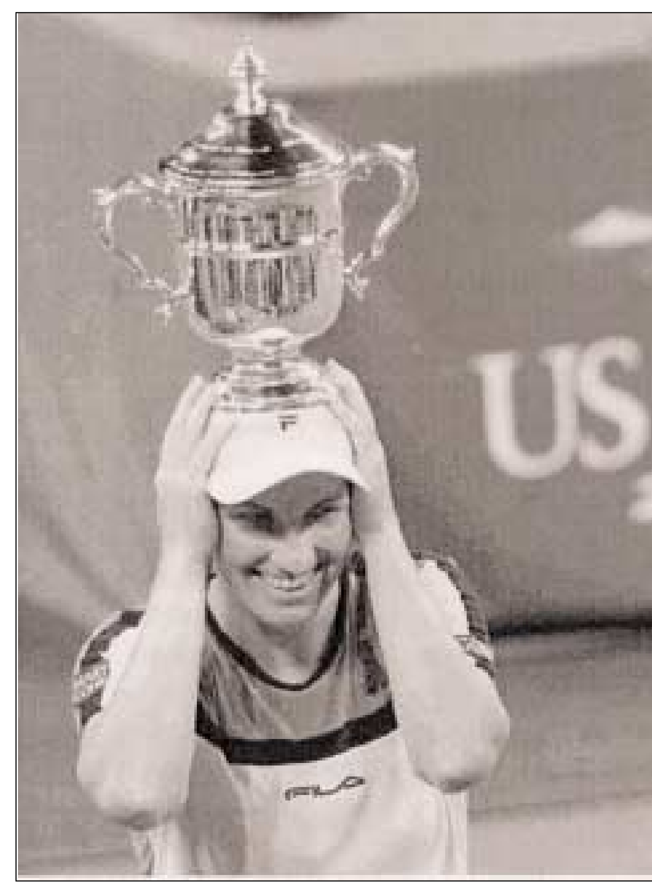
யுஎஸ் ஓபன் போட்டியில் தரவரிசையில் 100 இடங்களுக்குள் மொத்தம் 15 ரஷ்ய வீராங்கனைகள் இடம்பெற்றனர். அதில் தரவரிசையில் முதல் பத்து இடங்களைப் பிடித்தவர்கள் 5பேர்.

1993 ரென்னிஸில் டேவன்போர்ட் அறிமுக மானபோது குஸ்நெத்சோவாவுக்கு 8வயது. அதன்பிறகு டேவன்போர்ட் 44 ஒற்றையர் பட்டங்களையும் 2 கிராண்ட் ஸ்லாம் பட்டங் களையும் வென்றுள்ளார். அதே நேரத்தில் 19 வயதாகும் குஸ்நேத்சேவாவுக்கு மிகப் பெரிய போட்டிகளில் முதல் முறையாக அரை இறுதிக்கு நுழைந்துள்ளார்.

அமெரிக்க ஓபன் ரெனிஸ் :பெடரர், ஸ்வெட்லானா சாம்பியன் பட்டம் வென்றனர்

அமெரிக்க ஓபன் ரெனிஸ் ஆண்கள் ஒற்றையர் இறுதிப்போட்டியில் சுவிஸ்ற லாந்தின் ரோஜர் பெடரர் சாம்பியன் பட்டம் வென்றார். இவர் இறுதிப்போட்டியில் 2001 அமெரிக்க சாம்பியனான லெய்டன் ஹெவிட் டுடன் மோதினர். ஆட்டம் தொடங்கிய முதல் இறுதிவரை முன்னிலையில் இருந்தார். இறுதியில் அவர் ஹெவிட்டை வீழ்த்தி சாம்பி யன் பட்டம் வென்றார். அமெரிக்க ஓபன் டென்னிஸ் மகளிர் ஒற்றையர் பிரிவில் இறுதியில் ரஷ்ய வீராங்கனை ஸ்வெட்லானா குஜ்னெட் சோவா சாம்பியன் பட்டத்தை கைப்பற்றினார். 19 வயதான ரஷ்ய வீராங் கனை ஸ்வெட்லானா விற்கு இது முதலாவது கிராண்ட் ஸ்லாம் பட்டமாகும். தவிர, இந்த வருடம் கிராண்ட் ஸ்லாம் பட்டத்தைக் கைப்பற்றிய 3-வது ரஷ்ய வீராங்கனை என்ற பெருமையும் இவருக்கு கிடைத்துள்ளது.

அமெரிக்க ஓபன் மகளிர் இறுதிப்போட்டியில் பங்கேற்ற இரண்டு பேருமே ரஷ்ய வீராங்கனைகள் என்பது குறிப்பிடத்தக்க விஷயமாகும். மகளிர் ஒற்றையர் இறுதிப் போட்டியில் பட்டத்தைக் கைப்பற்ற குஜ்னெட் சோவாவும், லீனா டெமன் டீவாவும் மோதினர். இதில் ஸ்வெட்லானா 6-3, 7-5 என்ற நேர்செட் கணக் கில் எலீனாவை வீழ்த்தி சாம்பியன் பட்டத்தை வென்றார். பரிசுத் தொ கையாக ஒரு மில்லி யன் அமெரிக்க டொலர் களையும் பெற்றார். இந்த இறுதிப் போட்டி யில், ஸ்லெட்லானா 4 ஏசங்களை அடித்தார். 34 தவறுகளை (அன் போர்ஸ்ட்) புரிந்த போதிலும் இறுதியில் வெற்றி பெற்றார். இந்த வருடம் ரஷ்ய மகளிர் ரெனிஸ்சுக்கு பொற் காலம் என்றால் அது மிகையல்ல. ஏனெனில் மொத்தம் உள்ள 4 கிராண்ட் ஸ்லாம் போட் டிகளில் மூன்றில் அவர் கள் பட்டம் வென்று ள்ளனர். முதலாவது ரஷ்ய வீராங்கனை அன ஸ்மாகியா மிஸ்கனா பிரெஞ்ச் ஓபன் பட் டத்தை வென்றார். இரண டாவதாக மரியா ஷரபோவா விம்பிள் டன் பட்டத்தை கைப்பற்றி னார்.



யுஎஸ் ஓபன் மகளிர் ஒற்றையர் ரெனிஸ் போட்டியில் வெற்றி பெற்ற ரஷ்யாவின் ஸ்வெட்லானா குஜனட்ஸோவா, வெற்றிக் கோப்பையை தலைக்கு மேல் வைத்து கொண்டாடும் காட்சி

இரண்டாவது போட்டி அமெரிக்க ஓபன் மகளிர் ஒற்றையர் போட்டி என்பதும் நினைவு கூரத்தக்க விஷயமாகும். முதலில் பிரெஞ்சு ஓபன் இறுதிப்போட்டியிலும் இரண்டு ரஷ்ய வீராங்கனைகள் மோதினர்.

இது குறித்து சாம்பியன் பட்டம் வென்ற குஜ்னெட் சோவாவிடம் கேட்ட போது, "ரஷ்ய மகளிர் ரெனிஸ் அதிக சக்தி வாய்ந்தாக உள்ளது" என்று கூறினார். மகளிர் ஒற்றையர் இறுதிப் போட்டியைக் காண ஆர்தர் ஆஷ் அரங்கத்தில் 19,000 பேர் கூடியிருந்தனர். இந்த இறுதிப்போட்டி மொத்தம் 74 நிமிடங்கள் நடைபெற்றது.

முன்னதாக இப்போட்டியில் குஜ்னெட் சோவாவின் ஆட்டம் மந்தமாகவே இருந்தது. முதல் ஆட்டத்தில் இழந்து சர்வீசை எலினா முறியடித்தார். பின்பு ஸ்வைட் லானா சுதாகரித்து ஆடி முதல் சர்வீசில் 63 சதவீத புள்ளிகளைக் கைப்பற்றினார். அமெரிக்க ஓபன் அரை இறுதியில், முதநிலை வீராங்கனைகள் நான்கு பேர் பங்கேற்காதது இதுவே முதல் முறை என்பதும் குறிப்பிடத் தக்கது. அதுதவிர கடந்த 22 வருடகாலத்தில் முதல்நிலை வீராங்கனைகள் அரை இறுதி பெறாததும் இதுவே முதன் முறையாகும் என்பதும் நினைவு கூரத்தக்க விஷயங்களாகும். ஆட்டத்தின் நடுவே, நியூயோர் மற்றும் வாஷிங்டன் நகரங்களில் 2001, செப்டம்பர் 11இல் தீவிரவாதிகள் தாக்கிய, 3-வது வருட நினைவஞ்சலி மற்றும் ரஷ்ய பள்ளியில் தீவிரவாதிகள் பள்ளிக்

எஸ். கணேஷ்

குழந்தைகள் மீது தாக்கியதற்கான மௌன அஞ்சலியும் கடைப்பிடிக்கபட்டது. போட்டிக்கு முன்பும், பின்பும் சிறிதுநேரம் இது அனுசரிக்கப்பட்டது. வீராங்கனைகள் இரு வரும் துக்கத்தை காட்டுவதற்காக கறுப்பு ரிபன் அணிந்திருந்தனர். மேற்படி விபத்தில் பலியானவர்களுக்கு தனது வெற்றியை காணிக்கையாக்குவதாக குஜ்னெட்சோவா அறிவித்தார்.

6 ஆம் நிலை வீராங்கனையான டெமன்டீவா பிரெஞ்ச் ஓபன் போட்டிக்கு தகுதி பெற்றதன் மூலம் புதிய வரலாறு படைத்தார். இறுதிப் போட்டியில் அவர் மற்றொரு ரஷ்ய வீராங்கனையான மிஸ்கினாவிடம் தோல்வியடைந்தார். தவிர, டெமன்டீவா விற்கு, இரண்டு கிராண்ட் ஸ்லாம் இறுதிப்போட்டிக்கு தகுதி பெற்ற பெருமையும் கிடைத்துள்ளது.

கனடாவில் தனிமையில் வாழ்பவர்கள் அதிகரிக்கிறார்கள்

• இன்று சராசரியாக வீட்டில் வாழ்பவர்கள் 2.6 மக்கள்.

இன்றைய காலகட்டத்தில் வீடுகளின் அளவுகள் அதிகரித்து, அறைகளின் எண்ணிக்கையும் அதிகரிக்கின்றது. ஆனால் வீடுகளில் வாழ்பவர்களின் எண்ணிக்கையோ குறைந்து வருகின்றது. 1971 இற்கும் 2001 இற்கும் இடைப்பட்ட காலகட்டத்தில் எடுக்கப்பட்ட கணக்கீட்டின்படி நாலு வீடுகளுக்கு, ஒரு வீட்டில் வாழ்பவர்கள் ஒருத்தராகக் குறைந்துள்ளது. அதாவது 25% ஆன வீடுகளில் ஒருவரே வாழ்கின்றார்.

பொதுவாக தாய், தந்தை இரண்டு பிள்ளைகளைக் கொண்ட, கனடிய குடும்பமானது மூன்று வீடுகளுக்கு ஒன்றைக் கொண்டுள்ளார்கள். அதாவது 3 வீடுகளை எடுத்துக்கொண்டால் ஒரு வீட்டில் சாதாரண கனடியக் குடும்பம் (Traditional Canadian Family =2 Parents + 2 Children) வாழ்கின்றது. கனடிய பொருளாதாரம் வீட்டுச்சந்தையில் மிகவும் தங்கியுள்ளது. வீடுகளின் தேவை அதிகரிக்கும் போது, வீட்டு நிர்மாணம் அதிகரிக்கும், இதனால் பொருளாதாரம் அதிகரிக்கும். CMHC (Canadian Mortgage and Housing Corporation) அதிபர் Karen Kinsley கனடிய பொருளாதாரதிற்கு Housing Industry முக்கிய பங்கு வகிக்கின்றது எனக் கூறியுள்ளார். இது உண்மையான கூற்று உணவு, உடை, உறையுள் என நம்மோர் கூறியது, மகப் பொருத்தமானது. இந்த மூன்றும் அத்தியாவசியத் தேவைகளாகும். இதில் வதிவிடமும் (உறையுள்) அடங்கியுள்ளது. எந்த மனிதனும் தங்குவதற்கு இடம் தேவை. அதிகரித்து வரும் மனித வளம் இருப்பதற்கு உறையுள் தேவை. இது சம்பந்தப்பட்ட Industry கனடிய பொருளாதாரத்தில் மிகப்பெரிய பங்கு வகிக்கின்றது.

ஆண்டு 2002 இல் #73 பில்லியன் பெறுமதியான தொகை கட்டுமானம், திருத்த வேலைகளுக்கு செலவு செய்யப்பட்டதாகக் கணக்கிடப்பட்டுள்ளது.

Housing Agency - "The Observer" **இன் தகவலின் படி**

• பெரியவீடுகள் சாதாரண வீடுகளை விட 4% அதிக சக்தியைப் பாவிக்கின்றது.
• ஒருவீட்டில் சராசரியாக வாழ்பவர்கள் 1971 இல் 3.9 மக்களாக இருந்து 2001 இல் 2.6 ஆகக் குறைந்துள்ளார்கள். இதற்கு சராசரிக் குடும்பத்தின் அளவு குறைவதும் காரணமாகலாம்.
• கனடாவில் 12.5 மில்லியன் மக்கள் இருக்கக்கூடிய இடங்கள் காணப்படுகின்றது.
• அதிகமான மக்கள் வாழ்வது தனியான வீட்டில் (Detached homes)

றொறொன்ரோ பெரும்பாகத்தில்

•• 737,000 தனியான வீட்டிலும் (Detached Homes)
•• 148,000 இரு வீடுகள் சேர்ந்தவீட்டிலும் (Semi-Detached Homes)
•• 125,000 சேர்ந்தவீடுகளிலும் (Attached Homes) மக்கள் வாழ்கின்றார்கள்.
• கிட்டத்தட்ட 66% ஆன கனடிய மக்கள் சொந்த வீட்டில் வாழ்கின்றார்கள்.
• நியூபவுண்ட்லாண்ட் இல் 78% ஆனவர்கள் சொந்த வீட்டில் வாழ்கிறார்கள்.
• றொறொன்ரோ பெரும்பாகத்தில் 63% ஆனவர்கள் சொந்த வீட்டில் வாழ்கிறார்கள்.

Interest Rate

5 Yrs Mortgage	5.40%
3 Yrs Mortgage	4.70%
Prime Rate	4.00%
Bank Rate	2.25%

நாமும் நமது இல்லமும்

ராஜா மகேந்திரன்

அமெரிக்க வட்டிவீதம் அதிகரிக்கின்றது

இந்த வருடத்தில் (2004) இதுவரை மூன்றாவது தடவையாக அமெரிக்காவின் வட்டிவீதம் அதிகரித்துள்ளது. ஒவ்வொரு தடவையும் 0.25% ஆல் வட்டிவீதம் அதிகரித்துள்ளது. இப்பொழுது வட்டிவீதம் 1.75% ஆகக் காணப்படுகிறது. கடந்த வருட இறுதியில் (2003) 1% ஆகக் காணப்பட்ட வட்டிவீதம் இப்பொழுது 1.75%ஆக அதிகரித்துள்ளது. செப்ரெம்பர் 21, 2004இல் கூடிய Federal Reserve board வட்டி வீதத்தை 0.25% ஆல் அதிகரித்துள்ளது. அடுத்த சந்திப்பு நவம்பர் 10, 2004 அன்று நடைபெறும். இந்தச் சந்திப்பு அமெரிக்க அதிபரின் தேர்தலிற்கு பின்பாக வரவுள்ளது. இன்றைய அதிபர் ஜோர்ஜ் புஷ் (58வயது) மசாசூசெற் செனட்டர் ஜோன் கெரியும் சந்திக்கும் தேர்தலிற்கு பின்பாக, இந்த சந்திப்பு நடைபெறும். இந்த இடைவெளிக் காலத்தில் நடைபெறும் அரசியல்

சதுரங்கத்திற்கு பிற்பாடாக, வட்டி வீதத்திற்கு என்ன நடைபெறும் என இருந்து பார்ப்போம்.

இரத்த அழுத்தம் ஏன்? எதற்கு? எப்படி?

ஆபத்தான கட்டத்தை நோக்கி வளர்ந்து திடீரென்று நம்மை ஆபத்தில் தள்ளிவிடும். நம்மில் பல பேருக்கு இதுதான் நிகழ்கிறது. இதனால் 20 வயதுக்கு மேல் 40 வயதுக்குள் உள்ளவர்கள் வருடத்திற்கு இருமுறையாவது இரத்த அழுத் தத்தைப் பரிசோதனை செய்து கொள்வது அவசியம். 40 வயதுக்கு மேற்பட்டவர்கள் மூன்று மாதங்களுக்கு ஒரு முறை சோதித்துக் கொள்வது நல்லது.

இரத்தக்கொதிப்பு உள்ளவர்கள் பொதுவாக அதிகம் கோபப்படுவார்கள், எதற்கெடுத்தாலும் கத்துவார்கள் என்பதில் எதுவித உண்மையும் இல்லை. இது இரத்தக் கொதிப்பின் அடையாளமும் இல்லை.
இரத்தம் உடல் முழுக்கப் பயணிக்கும் ஒரு விடயம் என்பதால் இரத்தக் கொதிப்பு எல்லாப் பாகங்களுக்கும் ஊறுவிளைவிக்கக் கூடியது. இருப்பினும் மூளை, கண், இதயம் மற்றும் சிறுநீரகங்கள் என்ற நான்கு பிரதான பகுதிகள் தான் இதன் முக்கிய இலக்கு.

இரத்தக் கொதிப்பு அதிகமாகும் போது மெலிதாக இருக்கும் இரத்த நாளங்கள் அந்த அழுத்தத்தைத் தாங்க முடியாமல் உடைந்து விடுகின்றன. இதன் விளைவாக இரத்தக்கசிவு உண்டாகும் ஆபத்து ஏற்படுகிறது. இரத்தக் கொதிப்பு மூளையைத் தாக்கும் போது மூளையில் இரத்தக் கசிவு ஏற்படுகிறது. இது மிதமிஞ்சிய நிலைக்குச் சென்றுவிட்டால், அது நமது உயிரையே குடித்துவிடும். இதேபோல் கண்ணில் ஏற்படும் இரத்தக் கசிவு கண் பார்வையைப் பறித்து விடும். இந்த இரத்தக் கொதிப்பு இருப்பதைக் கவனியாது விட்டு விட்டால் அது மெல்ல மெல்ல நம் சிறுநீரகத்தைப் பாதித்து விடும். சிறுநீரகம் வேலை செய்வது சிறிது சிறிதாகக் குறைந்து Renal Failure என்ற நிலையை ஏற்படுத்தும்.
இரத்தக் கொதிப்பை வெகுநாட்களாகக் கண்டுகொள்ளாமல் விடுவதால் அதிக இரத்த அழுத்தத்திற்கு எதிராக பம்ப் செய்யும் இதய

மானது விரிவடைந்து அதன் செயல் திறன் குறைந்து இறுதியாக ஹார்ட் பெயிலியர் (ஹார்ட் அட்டாக்) நிலையும் வரலாம்.

பி. சந்தியா

பொதுவாக பருமனாக உள்ளவர்களுக்கு இரத்த அழுத்தம் அதிகமாகக் காணப்படுகிறது. குறட்டை விடுபவர்களுக்கும் ஓடியாடித் திரியாமல் சோம்பியே உட்கார்ந்து இருப்பவர்களுக்கும் இந்தக் கொதிப்பு வர வாய்ப்புக்கள் அதிகம். மேலும் நீரிழிவு நோய் உள்ளவர்களுக்கும் இரத்தக் கொதிப்பு நோய் வர சாத்தியங்கள் உண்டு. மது அருந்துவதும் இரத்த அழுத்தத்தை அதிகமாக்கும். எப்போதாவது காப்பி அருந்துபவர்களுக்கு இரத்த அழுத்தம் அதிகமாகும். ஆனால் அடிக்கடி காப்பி சாப்பிடுபவர்களுக்கு இரத்த அழுத்தம் அதிகமாவதில்லை என்பது ஆச்சரியமே.

இரத்த அழுத்த நிலை நாம் செய்யும் வேலைகளுக்கேற்ப மாறுபடுகிறது. நாம் தொலைக்காட்சி பார்க்கும் பொழுது இரத்த அழுத்தம் கூடுகிறது. தூங்கும் போது மிகக் குறைவாகவும் தூங்கி எழுந்த முதல் ஒருமணி நேரத்திற்கு மிக அதிகமாகவும், இரத்த அழுத்தம் உள்ளதாகக் கண்டிருக்கிறார்கள். அதிகமாக ஹார்ட் அட்டாக்குகள், தூங்கி எழுந்த முதல் ஒரு மணி நேரத்தில் தான் ஏற்படுவ தாக ஆராய்ச்சி முடிவுகள் தெரிவிக்கின்றன.

மேலும் உடலில் உள்ள இரத்தக் குழாய்களின் கடினத் தன்மையைப் பொறுத்து இரத்த அழுத்த நோய் ஏற்படும். இந்த இரத் தக் குழாய்களின் கடினத்தன்மை சிலருக்குப் பரம்பரையாக வரும். மற்றும் சிலருக்கு அவர்களது பழக்க வழக்கங்களாலும் வரும். அளவுக்கு அதிகமாக புகை பிடிப்பது, தேநீர் அதிகமாக அருந்துவது, அசைவ உணவுகள், இறைச்சி அதிகளவு உண்பது, அதிக கோபம், பதட்டம் (Tension) போன்றவற்றால் இரத்த அழுத்த நோய் ஏற்படும். கொழுப்புச்சத்து அதிகம் உள்ள உணவுகள், அதிக உப்பு, தைராய்டு சுரப்பி குறைபாட்டாலும், பிட்யூட்டரி சுரப்பி, பாரா தைராய்டு சுரப்பி ஆல்டோஸ்டிரான் ஹார்மோன் அதிகமாக சுரப்பதாலும் இரத்த அழுத்த நோய் உண்டாகலாம். இதய நோய், நரம்பியல் நோய், சிறுநீரக நோய், நீரிழிவு நோய்கள் இருந்தாலும் இரத்த அழுத்த நோய் உருவாகும்.

இரத்த அழுத்தத்தில் இருபிரிவுகள் உள்ளன. மிகை இரத்த அழுத்தம் (High Blood Pressure), குறை இரத்த அழுத்தம் (Low Blood Pressure) என்ற இருவகை உண்டு. சிலருக்கு திடீரென ஏதாவது ஒரு காரணத்தினால் இரத்த அழுத்தம் அதிகமாகக் காட்டும். ஆனால் அது சில நிமிடங்களில் அல்லது சில மணிநேரங்களில் சாதாரண நிலைக்கு வந்து விடும். இது இரத்த அழுத்த நோய் அல்ல. அதேபோன்று இரத்த அழுத்தம் சில மணிநேரங்கள் குறைந்து காணப்படும். இதுவும் இரத்த அழுத்த நோய் அல்ல. ஆனால் தொடர்ந்து அதிகமாகிக் கொண்டே வந்தால், அது மிகை இரத்த அழுத்தம். அதேபோல் இரத்த அழுத்தம் தொடர்ந்து குறைவாகக் காட்டி வந்தால் அது குறை இரத்த அழுத்தம், மிகை இரத்த அழுத்தத்தை சரியாக கவனிக்காவிடில் மூளைக்குச்

தொடர்ச்சி 18ம் பக்கம்

16 வருடங்களாக தமிழர் மத்தியில் நன்மதிப்பைப் பெற்ற

யோகாஸ்

குறுக்கு எழுத்துப் போட்டி இல. 155

1		2			3		
						4	5
6					7		
	8		9				
							10
11		12		13			

இட - வல
1. தமிழீழத்தின் ஓர் ஊர்
5. பனிப் படலம் (வல-இட)
6. மரத்தட்டு
7. பரதனின் தாய்
8. இனிமை மிக்கது
11. நிலம், நீர், வளி, வானம், தீ, இவைகளை குறிப்பது

மேல் - கீழ்
1. அருச்சுனனின் வில்
2. விளையாட்டு
3. வீரத்திற்கு உரியவள்
4. வண்டி (கீழ் - மேல்)
5. வட தமிழ் ஈழத்தின் பணப்பயிர்
9. வேதம் (கீழ் - மேல்)
10. பறவை
11. ஆ (கீழ்-மேல்)
12. ஆற்றல் (கீழ்-மேல்)
13. தரவு (கீழ்-மேல்)

கி	ளி	நொ	ச்	சி		றை	மு
ளி		டி		மி	த்	து	ரு
ஞ்		ப்		ழ்			ங்
சி		பொ	து		பொ	ய்	கை
ல்		ழு		பு			க்
	பா	து	கா	ப்	பு		கா
ரோ	ப			ற	தி		ய்
யூ	க	ம்		தி	ர்	ஊ	

சரியான விடைகளில் இருவர் குலுக்கல் மூலம் தெரிவு செய்யப்படுவர். இவர்களுக்கு "யோகாஸ்" இல் பாவிக்கக் கூடிய $15, $10 Gift Certificates வழங்கப்படும். இதற்கு cash value கிடையாது. விடைகள் October 28, 2004க்கு முன்னர் விளம்பரம் முகவரிக்கு அனுப்பி வைக்கவும்.

155இல் வெற்றி பெற்றோர்
1) T. Suthakaran , Toronto
2) Delvia Quintus, Scarborough

• ஆட்டிறைச்சி வியாபாரத்தில் தமிழ் மக்களின் உள்ளங்களை வென்றவர்!
• அன்றாட சந்தையில் மரக்கறி, மீன் வகைகளை தினமும் தருவித்துக் கொடுப்பவர்கள்.
• வாடிக்கையாளர்களின் தொகையில் உயர்ந்தவர்!

(416) 267-0408 731 - 733 Kennedy Road [Ken-Mark Plaza]

MOHAN
HOMEOPATHIC CLINIC & MASSAGE CLINIC

• கழுத்து, முதுகு நோவு
• வாகன விபத்து
• மன அழுத்தம்
• விளையாட்டுக் காயங்கள்
• தலையிடி, தலைவருத்தும்

போன்ற நோய்களிற்கு அழையுங்கள் **டாக்டர் ஜே. மோகன்**

Dr. J. Mohan
D.H.M.S., N.H.C.

WE OFFER CONSULTATION
REGARDING ALL HEALTH PROBLEMS INCLUDING:

• STRESS
• SKIN PROBLEM
• RESPIRATORY PROBLEMS
• DIGESTIVE PROBLEMS
• VARICOSE VEINS
• BACK PROBLEM / NECK PROBLEM
• TENNIS ELBOW PROBLEM
• TREAT WITH MASSAGE THERAP
• ALLERGIES
• SEXUAL PROBLEMS
• SEXUAL PROBLEMS
• CHOLESTEROL
• TUMOR
• FOOT PROBLEM

HOMEOPATHIC TREATMENT ABOUT FOLLOWING

Cough	Tonsillitis	Migraines	Prostatitis
Flu	Gout	Hair Loss	Obesity
Depression	Arthritis	Diabetes	Hemorrhoids
Anxiety	P.M.S	Cystitis	Stumatitis
Asthma	Leucorrhea	Cancer	Colitis

Also other Acute & Chronic Problems
HOMEOPATHIC PRACTITIONER

TEL: 416-298-7537 / 416-291-3022

5200 Finch Ave, East Suite 210
(At Middle Field), Scarborough, M1S 4Z4

நீரிழிவு நோயாளர்கள் மது அருந்தலாமா?

Diabetes IV

நீங்கள் எந்தவொரு குடும்ப நிகழ்ச்சிக்குச் சென்றாலும் அங்கு, தனக்கே உரித்தான மர்மப் புன்னகையை விட்டெறிந்தபடி அற்ககோல், உங்களை வரவேற்பதைப் பார்த்துச் சிலிர்த்துத்தான் போயிருப்பீர்கள்.

'என்ன குடிக்கின்றீர்கள்? பியரா? பிராண்டியா? விஸ்கியா?' என்ற கேள்வியும் மிகப் பணிவாக உங்கள் முன் வைக்கப்படும்.

மனிதர்களின் உடல் ஆரோக்கியத்துக்கு அற்ககோல் எப்போதுமே தீங்கினையே விளைவிக்கும் என்று பொதுவாக எல்லோரும் தெரிந்துதான் வைத்திருக்கின்றார்கள். இது பற்றிய ஆழமான உறுதிப்பாடுகளெல்லாம் அவ்வப்போது காற்றில் கரைந்து போய்விடுகிறது. ஆனால் நீங்கள் ஒரு நீரிழிவு நோயாளராக இருந்தால் எத்தகைய முடிவை எடுக்க வேண்டும்?

முடிவெடுப்பதற்கு முன் சற்றுக் கொஞ்சம் பொறுங்கள். இந்த மூன்று கேள்விகளுக்கும் முதலில் பதில் சொல்லுங்கள்.

இந்த மூன்று கேள்விகளுக்கும் 'ஆம்' என்று பதில் அளித்தால் நீங்கள் மதுவை Occasional குடிபானமாக அருந்தலாம் என்று American Diabetes Association கூறுகின்றது. இதே கேள்விகளுக்கு 'இல்லை' என்று பதில் அளிப்பவர்கள், தயவு செய்து மதுக்கிண்ணங்களை தொட்டு விடாதீர்கள்.

Occasional Drink ஆக மது அருந்தலாம் என்றதும் 'மடக்' 'மடக்' என்று அரைப் போத்தல் பிராண்டியை மண்டி விடாதீர்கள். Occasional Drink என்பதற்கு தனியான ஒரு விளக்கம் உள்ளது. இதன் அர்த்தத்தை புரிந்து கொண்டு மதுக் கிண்ணங்களுக்கு அருகே செல்லுங்கள்.

சலரோகத்தினால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் அற்ககோல் அருந்துவது என்பது அவர்களின் உடல்நலத்துக்கு பெரும் தீங்கிழைக்கும் என்று உலக சுகாதார நிறுவனங்கள் மிகக் கடுமையாக எச்சரிக்கின்றன. இதன்

ஒரு பியர் அல்லது ஒரு Drink விஸ்கி அருந்திய நூற்றி ஐம்பது இறாத்தல் நிறையுடைய ஒருவரின் குருதியில் இருக்கின்ற அற்ககோலை வெளியேற்ற, ஈரலுக்கு இரண்டு மணிநேரம் பிடிக்கின்றது.

என்னுடைய நீரிழிவு நோய் எனது கட்டுப்பாட்டுக்குள் உள்ளது?
நீரிழிவு நோயால் எனது நரம்பு மண்டலம், இரத்தக் குழாய்கள், சிறுநீரகம், கண், பாதங்கள் போன்றவை பாதிப்படையவில்லை என்பதுடன் எனக்கு உயர் இரத்த அழுத்தமும் இல்லை?
மது அருந்துவது எனது உடலையும், நீரிழிவு நோயையும் பாதிக்கலாம் என்பது எனக்குத் தெரியும்?

காரணமாகவே, தவிர்க்க முடியாதபடி இவர்கள் அற்ககோல் அருந்துவதாய் இருந்தால் கட்டுப்பாட்டுடன் மது அருந்த வேண்டும் என்று அறிவுறுத்தப் படுகின்றனர். இந்தக் கட்டுப்பாடு Occasional Drink என்பதற்குள் அடங்குகின்றது.

ஆண்கள் இரண்டு drinks, பெண்கள் ஒரு drink மட்டுமே மது அருந்த வேண்டும் என்பதே Occasional Drink என அறிவுறுத்தப்பட்டுள்ளது. ஒரு drink என்றால் அது என்ன அளவு? என்று பலருக்கு நிச்சயமாக குழப்பமாக இருக்கும். விஸ்கி மற்றும் ஸ்கொட்ச், வொட்கா, ஜின், ரம் வகையில் 1 drink என்பது 1.5 oz ஆக இருக்கும். வைன் 1 drink என்பது 4 oz glass ஆயும், பியரைப் பொறுத்தளவில் 1 drink என்றால் 12 oz ஆகவும் இருக்கும்.

மது வயிற்றுக்குள் சென்ற உடனேயே குருதித் தொகுதிக்குள் உறிஞ்சி எடுக்கப்பட்டு விடும். காரணம் இது குடற் தொகுதியினுள் சமிபாடு அடைய வேண்டிய எந்த அவசியமும் இல்லாதது. ஐந்து நிமிடங்களுக்கு மது அருந்தினாலே போதும், குருதியில் உள்ள அற்ககோலை அளவிடப் போதுமான அளவு சேர்ந்து விடும். முப்பது நிமிடங்களில் இருந்து தொண்ணூறு நிமிடங்கள் மது அருந்தினால், குருதியில் உள்ள அற்ககோலின் அளவு, அதி உச்சக் கட்டத்தை அடைந்து விடும்.

எமக்கு அமிர்தமாக இருக்கின்றது என்று நாம் நினைக்கின்ற மது, உடலைப் பொறுத்தவரை நஞ்சாகவே கையாளப்படுகின்றது. திடீரென குருதியில் நஞ்சு (அற்ககோல்) சேர்ந்து விட்டது என்று ஈரலுக்கு செய்தி போனதும், ஓர் அவசரகால நிலையை ஈரல் பிரகடனப் படுத்திவிடுகின்றது. ஈரல் தனது மற்றைய வழமையான வேலைகளையெல்லாம் ஒத்தி வைத்துவிடும். இந்த நஞ்சை உடனடியாக குருதியை விட்டு அகற்றும் வேலையை மட்டும் முழு மூச்சுடன் செய்கின்றது.

ஒரு பியர் அல்லது ஒரு drink விஸ்கி அருந்திய நூற்றி ஐம்பது இறாத்தல் நிறையுடைய ஒருவரின் குருதியில் இருக்கின்ற அற்ககோலை வெளியேற்ற, ஈரலுக்கு இரண்டு மணி நேரம் பிடிக்கின்றது. அற்ககோலை வெளியேற்ற ஈரல் எடுக்கின்ற நேரத்திற்கும் அதிகமான வேகத்துடன் ஒருவர் மது அருந்தினால், குருதியில் பிரமாண்டமாக சேர்கின்ற அற்ககோல், குருதித் தொகுதியில் இருந்தும் உடலின் பல பாகங்களுக்கும் பரவும். குறிப்பாக மூளையில் உள்ள கலங்களுக்கு மிக இலேசாக அற்ககோல் பரவி விடும். இதனால் தொடர்ச்சியாக மது அருந்துபவர்களின் மூளைக் கலங்கள், காலக் கிரமத்தில் சேதம் அடைந்து விடும் அபாயம் உள்ளது.

நமது உடல் மதுவை நஞ்சாகவே கையாள்கின்றது. திடீரென குருதியில் நஞ்சு (அற்ககோல்) சேர்ந்து விட்டது என்று ஈரலுக்கு செய்தி போனதும், ஓர் அவசரகால நிலையை ஈரல் பிரகடனப்படுத்திவிடுகின்றது. ஈரல் தனது மற்றைய வழமையான வேலைகளையெல்லாம் ஒத்தி வைத்துவிடும். இந்த நஞ்சை உடனடியாக குருதியை விட்டு அகற்றும் வேலையையே மட்டும் முழு மூச்சுடன் செய்கின்றது.

மது அருந்தும் நீரிழிவு நோயாளர்களுக்கு, அவர்களுடைய குருதியில் உள்ள குளுக்கோசின் அளவு அபாயகரத்தை ஏற்படுத்தும் அளவுக்கு குறைந்து விடவும் வாய்ப்பு உள்ளது. இந்நிலைமை Hypoglycemia என்று அழைக்கப் படுகின்றது. குருதியில் குளுக்கோசின் அளவு 3.5mmol/l க்கும் குறைவாக இருக்கின்ற நிலைமையே Hypoglycemia என அழைக்கப்படுகின்றது.

குருதியில் அற்ககோலின் அளவு அதிகரித்ததும், ஈரல் ஓர் அவசர நிலையை பிரகடனம் செய்து விடுகின்றது என்று பார்த்தோம். இந்த அவசர நிலையின் பிரகாரம், தனது வழமையான எல்லா வேலைகளையும் ஈரல் தற்காலிகமாக நிறுத்திவைத்துவிடும். இதனால், குருதியில் குளுக்கோஸ் மட்டம் குறைந்தால், தான் சேமித்து வைத்திருக்கும் கிளைக்கோசனை குளுக்கோசாக மாற்றி குருதிக்குள் விடுகின்ற வேலையையும் ஈரல் செய்ய மாட்டாது.

நீண்ட நேரத்திற்கு உணவு உண்ணாமல் இருந்து விட்டு, வெறும் வயிற்றில் மது அருந்துபவர்களுக்கு இவ்வாறு குருதியில் உள்ள குளுக்கோசின் அளவு குறைந்துவிடும் அபாயம் உள்ளது என எச்சரிக்கப் படுகின்றது. இந்நிலைமையை

செழியன்

ஏற்படுத்த இரண்டு drink அற்ககோலே போதுமானது.
இத்தகைய அபாயம், இன்சுலின், மற்றும் நீரிழிவு மாத்திரைகளை எடுப்பவர்களுக்கு ஏற்பட மிக அதிகமான சந்தர்ப்பம் உள்ளது. இதன் காரணமாக மது அருந்தும் போது வெறும் வயிற்றில் எடுக்கவேண்டாம் என்றும் கேட்கப்படுகின்றனர். மதுவுடன் தண்ணீர் அல்லது club soda அல்லது gingerale நிறையக் கலந்து மிக மெதுவாக இதை அருந்தும்படியும் அத்தோடு ஏதாவது உணவையும் சேர்த்து உண்ணும்படியும் அறிவுறுத்தப்படுகின்றனர்.

இன்சுலின் அல்லது சலரோக வருத்தத்திற்கான மாத்திரைகள் ஏதாவது எடுப்பவர்களுக்கு ஓர் எச்சரிக்கை. அற்ககோல் சில சமயங்களில் இந்த மாத்திரைகளோடு தாக்கம் புரியவும் சந்தர்ப்பங்கள் இருக்கின்றது. எனவே இவர்கள், தமது மருத்துவர்களுடன் இது குறித்து ஆலோசனை செய்யுமாறு வேண்டப்படுகின்றனர்.

Hypoglycemia

உணவு உண்ணவேண்டிய நேரம் தவறிப்போதல் அல்லது ஒரு நேரம் உணவை உண்ணாமல் விட்டுவிடுவது, அளவுக்கு அதிகமான உடற்பயிற்சி, அளவுக்கு அதிகமான இன்சுலின் அல்லது சலரோக மாத்திரைகள் எடுப்பது, அற்ககோலை வெறும் வயிற்றில் எடுப்பது போன்ற காரணங்களாலேயே இந்நிலைமை (Hypoglycemia) ஏற்படுகின்றது.

ஒருவருக்கு Hypoglycemia ஏற்பட்டால் பசி, வியர்த்தல், நடுங்குதல், தலைவலி என்பன ஆரம்ப அறிகுறிகளாக தென்படும். இச்சமயத்தில் குருதியில் உடனடியாக குளுக்கோஸ் மட்டத்தை அதிகரிக்கக் கூடிய உணவுப்பொருட்களை இவருக்கு வழங்குவதே உரிய வழிமுறையாகும். ஒரு கிளாஸ் தோடம்பழச் சாறு அல்லது lemon-ade, 15கிராம் குளுக்கோஸ், 5 Jelly beans என்பவற்றில் ஒன்றை தெரிவு செய்தும் கொடுக்கலாம். இவ்வாறு குருதியில் இருக்கின்ற குளுக்கோஸ் மட்டத்தை உயர்த்தும் நடவடிக்கை மேற்கொள்ளப்படாவிட்டால் சம்பந்தப்பட்ட நோயாளியில் வேறு சில அறிகுறிகள் தென்படும். அவரது கண்பார்வையில் வித்தியாசம் ஏற்பட்டு பொருள்கள் இரண்டு இரண்டாகத் தெரிய ஆரம்பிக்கும் (Doublevision). இவர் ஒரு குழப்பமான நிலைமையை அடைவார் (Confusion). அத்தோடு வழமைக்கு மாறான நடவடிக்கைகளில் இறங்குவார் (Unusual behaviour). இவ்வாறு Hypoglycemia நிலைமைக்கு உள்ளான ஒருவர் திடீரென காரைவிட்டு இறங்கி தெருவில் ஓடியதைக்

தொடர்ச்சி 5ம் பக்கம்

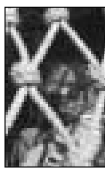
Niru BRAND®
'நிரு' தயாரிப்புக்கள்'
கனடிய சுகாதார விதிகளுக்கமைய
கனடாவில் தயாரிக்கப்படுகின்றன
No.1
முதல் தரமான
மிளகாய், மல்லி
ஏனைய
சரக்கு வகைகள்
கொண்டு
தயாரிக்கப்படுவதனால்
தரம்
No. 1
Manufacturers & Distributors of
Niru Brand® Products
NIRU ENTERPRISES INC.
76 Howden Road, Scarborough, Ont. M1R 3E4 Canada
Tel: 416-750-1976 Fax: 416-750-8779
E-mail: niru@total.net Web: www.niru.com
Distributors in Europe
UK. Marketing Office: NIRU (Europe) LTD.
Unit 11, Mitcham Industrial Estate, 85, Streatham Road,
Mitcham, Surrey, CR4 2AP,
U.K. Tel.: 44 + 208 640 8228
Fax: 44 + 208 640 8312
நிரு பிராண்ட்
வறுத்த மிளகாய்த்தூள்
ROASTED
CURRY (CHILLI) POWDER
POUDRE DE CURRY (ROTIES)
JAFFNA
Hot Curry Powder
POUDRE DE CURRY JAFFNA (PIQUANT)
PRODUCT OF CANADA
450g
Free Spoon Inside

பாரதியே! தேமதுரத்தமிழோசை உலகெலாம்

இது ரொறொன்ரோவில் ஓடும் சுரங்கப்பாதை ரெயினா? அல்லது
அந்தக்காலத்து யாழ்தேவியா?
கதிர்காமத் தேர் தீர்த்தம் பார்க்கச் செல்லும்
தமிழர் கூட்டம் இங்குமா?

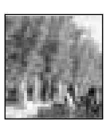
பகல் 12 மணியில் இருந்தே சுரங்கப்பாதை ரெயில், பஸ் வண்டிகள், தனியார் வாகனங்கள் ராணி பூங்காவை நோக்கி படையெடுத்த வண்ணம் இருந்தன.

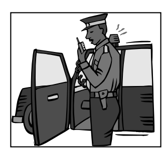
உலகருக்கு இருக்க இடம் கிடைக்கவில்லை. துணுக்காய் பஸ்ஸில் யாழ்ப்பாணம் இருந்து வன்னிவரை நின்று பிரயாணம் செய்தது ஒரு காலம். ஆனால் இப்போ வயது? உலகண்ணை உலகண்ணை எங்க இறங்கிறதெண்டு சொல்லுங்கோ என கத்தினா செக்கண்புளோர் செல்லம்மா. மெல்லமாய் கதை. சனம் நாகரிகம் தெரியாத ஆக்கள் எண்டு நினைக்கப்போயினம் எண்டா ஆட்டிலறி. பிறிம்லி மீனாவின் மகன் அந்தச் சத்தத்துக்குள்ள உலகப்பு இன்னும் 2 ஸ்ரேசன் பாஸ் பண்ண குயீன்ஸ்பாக் வரும் எண்டபடி உற்சாகத்துடன் துள்ளிக்குதித்தான்.



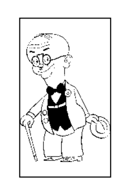
நீண்டகாலத்தின் பின் கூடிய தமிழர் ஒன்றுகூடும் பொங்குதமிழ் (ஐ நெவர் சீன் கிறவுட் லைக் திஸ்) இப்படி ஒரு சனக்கூட்டத்தை நான் காணவில்லை என்றா ரூபி.

அடிபிடியில் திசை மாறி ஓடி இடம் பெயர்வில் உறவுகளை இழந்து, மறந்து புலம்பெயர்ந்த பலரின் கவலை, கண்ணீர் பொங்கவைக்கும் நினைவுகள்
பொங்கு தமிழ்.





சந்திக்குச் சந்தி பொலிஸ் கூட்டம். கலவரம் அடக்கும் விசேட பொலிஸ் பிரிவு. கைது செய்பவர்களைக் கொண்டுசெல்லும் விசேட நீதிமன்ற சேவை வாகனங்கள். உலகர் பார்த்த வண்ணம் மெல்ல மெல்ல நடந்தார். பயத்திலல்ல, நடக்க முடியவில்லை. ஊர்வலம், கூட்டம் உலகருக்குப் புதியதல்ல. ராணிபூங்கா திடலின் அரங்கின் அருகே பொலிசார் இல்லை.



படிக்கவும் தெரியும் படைதிரட்டவும் தெரியும்
அடக்கவும் தெரியும் அமைதிகாக்கவும் தெரியும்

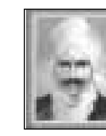
என்பதுபோல வீதியில் வாகனங்களை நிறுத்தி மக்களை வீதிகடக்கச் செய்யவும் உரியமுறையில் தொண்டர் படையினர். தண்ணீர் குடிக்க எழுந்து திரியாமல் இருந்த இடத்திலேயே சிறுவர்கள் இளைஞர்கள் தண்ணீர் விநியோகித்துக் கொண்டே இருந்தனர்.

வன்முறைக்காரர்கள், கிறிமினல்கள், சட்டம் தெரியாதவர்கள் என்று ஆங்கில வானொலிகள், தொலைக்காட்சிகள் வர்ணித்த தமிழர்களா இவர்கள்?
மனம் வெம்புகிறது பொங்குகிறது பொங்கு தமிழ்.

வயது போன பழைய ஆட்களுடன் தமிழ்போகும் புதிய தலைமுறை தமிழ் பேசாது என்று

சொன்ன ஆட்டிலறி அன்னம்மாவை ஏற இறங்கப் பார்த்தார் உலகர்.

உந்தச் சின்னனுக்குக்கெல்லாம் தமிழ் தெரியும்? எப்படி கைதட்டி, கூக்காட்டுதுகள் என்றா செக்கண்புளோர் செல்லம்மா. பிறிம்லி மீனாவின் மகன் கையில் கொடியை ஏந்தி மிடுக்குடன் கைதட்டிக்கொண்டே இருந்தான். சர்வதிகாரி ஹிட்லர் பிறந்த நாட்டில் எல்லாரும் சர்வாதிகாரிகள் அல்ல. அகிம்சாவாதி காந்தி பிறந்த நாட்டில் எல்லாரும் அகிம்சாவாதியும் அல்ல. தினகரன் விழாவிற்கு அன்று உலகர் ராசம்மா சென்று திரும்பிய நாட்கள் நினைவில் நின்றன. ராசம்மாக்கா கூட்டத்தை நன்றாக நோட்டம் விட்டா. கண்டநிண்ட இடத்தில் ‘தமிழ் தமிழ்’ என்று கத்துபவர்கள் எத்தனையோபேரைக் காணவில்லை.



“உப்பென்றும் சீனி என்றும் உள்நாட்டச் சேலை என்றும் செப்பித் திரிவாரடி
கிளியே செய்வதறியாரடி கிளியே”
என்ற பாரதியின் பாடல் காதில் ஒலித்துக்கொண்டே இருந்தது.

ஒரு காலத்தில் ஊர்வலத்திற்கு போனாலே சிற்றிசன் கிடைக்காதோ என்ற பயம். ஆனால் இன்று நிலமை வேறு. கனேடிய பிரஜையாக இருந்தாலும் சொல்லும், செயலும் நித்தம் நினைப்பதுவும் சொந்த மண்பற்றித் தான்.

“பொங்குதமிழ் பொங்குதமிழ்” பொருத்தமான பாடல் ஒலிக்கிறது.

நிகழ்ச்சி முடிந்துவிட்டது. சனம் கலைந்த பின் ஆறுதலாகப் போவோம் என உலகர் அமர்ந்திருந்தார். ராணி பூங்கா திடல் பழைய உருவம் பெறுகின்றது. பூங்கன்றுகள் முறிக்கப்படவில்லை, மரக்கொப்புகள் வளையவில்லை, குப்பைகள் இல்லை.

"கற்றுக்கொடுப்பது தமிழினம் நீ கற்பிக்க நினைப்பது அறிவீனம்"

வெள்ளையரைப் பார்த்து வீரபாண்டிய கட்டபொம்மனில் சிவாஜி பேசிய வசனம் நினைவுக்கு வந்தது.

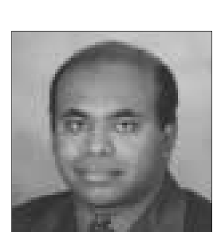
பாரதியே! தேமதுரத் தமிழோசை உலகெல்லாம் பரவிவிட்டது.

115
நகைச்சுவைத் தொடர்
ராசம்மா ராச்சியம்
கலகலப்பு தீசன்

கனடாவின் தலைநகர் ஒட்டாவாவில்

- வீடு வாங்க விற்க மற்றும் இலவச ஆலோசனைகளைப் பெற்றுக்கொள்ள
- முதல் முறையாக வீடு வாங்குபவர்களிற்கான சலுகைகளை அறிய
- குறைந்த வட்டி வீதத்தில் Mortgage செய்து கொள்ள

அழையுங்கள் நந்தா



Nantha Aiyadurai, B.Eng.
Sales Rep.
Office : **613.823.7555**
Cell : **613.866.9931**
Toll Free : **1 800 472.6512**

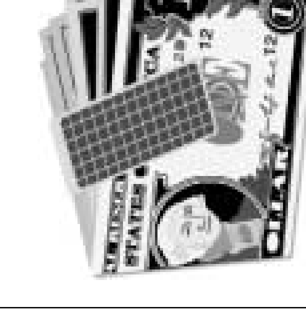
COLDWELL BANKER
Coldwell Banker Coburn Realty

MORTGAGES

Five Years closing mortgage rates (அடமானம்) 4.9% on $100,000.00 per month installment comes out $550.00. For different time period closing rates are given below

LOW - LOW RATES AVAILABLE.
TO GET BEST RATE IN TOWN
PL. CALL: ANIL JOSHI

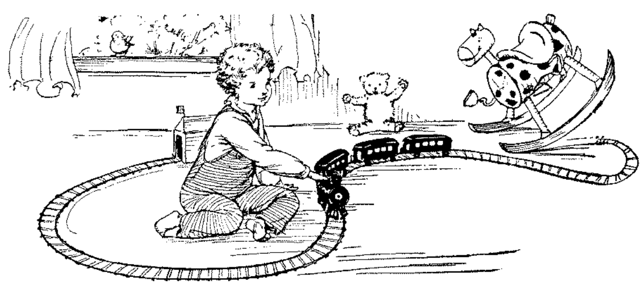
For more information call:
Anil Joshi at
416.888.1072



MALVERN MONTESSORI SCHOOL

10 Sewells Road, Scarborough

Preparing your children for new experiences, challenges & making them feel connected to a caring community



Applications Accepted Now!
Montessori Pre-School

- Ages 2½ to 6 years
- Morning & Evening classes
- Reading, Writing & math Emphasized
- Low student - Teacher Ratio
- History, Geography & Science
- French Introduction
- Music & Art Classes
- Bright Spacious Classrooms
- Extended care hours (7:30 am - 6:15pm

For September 2004/2005
Enrollment pl. call:
416.724.8900

SAFETY TRUCKS

Training School Ltd.

Training & Trucking Classes A, D & Z

In Classes
- 365 (Learning Permit)
- Log Books
- Air Brake (Z)
- Dangerous Goods
- Border Crossing
- Defensive Driving Course

- தமிழ் மொழி மூலம் அனைத்துப் பயிற்சிகளும் தனித்தனியாகக் கொடுக்கப்படும்.
- One On One Training
- அனுமதிப்பத்திரத்திற்கு (License) உத்தரவாதம் அளிக்கப்படும். வேலை எடுப்பதற்கும் உதவிகளும் ஆலோசனைகளும் வழங்கப்படும்.
- கனடாவில் ஆரம்பிக்கப்பட்ட முதலாவது தமிழ் TRUCK DRIVING பயிற்சி இடம். (10 ஆம் ஆண்டு)
- We Accept Welfare & Unemployment Insurance
- வாரத்தில் ஏழு நாட்களும் பயிற்சிகள் வழங்கப்படும்.

17 Years Canadian
Experience with Trucks

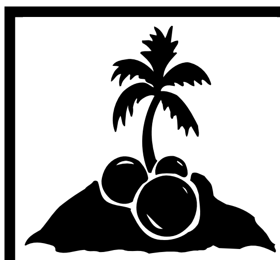
சிறந்த பயிற்சி பெற அழையுங்கள்:

YOGAN SOCKALINGAM

Truck Driving போதனாசிரியர்

905-793-9546 / 416-616-5979

250 Summerlea Road, Brampton, ON



SRI PARADISE Catering & Take -out

416.269.4509 / 416.509.2454

292 Markham Road, Scarborough, ON

திங்கள் - செவ்வாய் சிங்கப்பூர் நூடில்ஸ் (கோழி மரக்கறிகளுடன்)	புதன் - வியாழன் கொத்துரொட்டி ஆடு மாடு கோழி	வெள்ளி ரக்கறிச்சாப்பாடு 5 மரக்கறி, சலாட், பப்படம், ரசம், மிளகாய்ப்பொரியல், அச்சாறு, பாயாசம், வடை	Daily special மரக்கறிச்சாப்பாடு 3 மரக்கறி சலாட், பப்படம் ரசம், மிளகாய்ப்பொரியல், அச்சாறு	Dinner Special சிங்கப்பூர் நூடில்ஸ் கோழி மரக்கறிகளுடன்	சனி - ஞாயிறு Lunch Special வாழையிலைச் சாப்பாடு கோழி, ஆடு, மாடு, இறால், நண்டு, மீன், முட்டை, கருவாடு, அச்சாறு, கட்டைச் சம்பல், மீன் பொரியல், கட்லட், உருளைக் கிழங்கு, நெத்தலி பிரட்டல், கத்தரிக்காய் பிரட்டல்
$2.99	$2.99	$4.50	$2.99	$2.99	$5.99

பரடைசின் Special புரியாணி, தண்டூரி சிக்கன், இஞ்சிச் சம்பல், salad	Dinner Special மசாலா தோசை, சாம்பாறு, சம்பல்	Daily Special பரடைசின் Special புரியாணி சிக்கன்கறி சலாட் முட்டை
$2.99	$1.99	$2.99

Sri Paradiase Specials
- 10LB அவித்த கோதுமை மா - $3.99
- ரொட்டி .50¢
- விசேட வைபவங்களுக்குத் தேவையான 6 வகையான Combo package. 20 பேர் கொண்ட சபைக்கு $99 மட்டுமே.
- மாதத்திற்குரிய சாப்பாடு - 1 நேரச் சாப்பாடு 1 மாதத்திற்கு - $99.00
  2 நேரச் சாப்பாடு 1 மாதத்திற்கு - $150.00

சமையலில் அனுபவம் உள்ளவர்கள் வேலைக்குத் தேவை. தொடர்பு கொள்ளவும்

$25 மேல் கொள்வனவு செய்வோருக்கு 10LB அவித்த மா இலவசம்

வானிலையை வெற்றிகொள்ள முடியாது

'ஹலோ!'
'வணக்கம். எப்படி இருக்கிறியள்?'
'கொஞ்சம் சுகமில்லை அம்மா. தலையிடியும் தும்மலுமாயிருக்கு. போன ஞாயிற்றுக் கிழமை மழையிலை நனைஞ்சுபோனன்.'
'குரலிலே மூக்கடைப்புத் தெரியுது. தேயிலை ஆவியிலே முகத்தை இரண்டு மூன்றுதரம் பிடியுங்கோ. வெளியிலே போகும்பொழுது வெய்யிலோ மழையோ என்று பார்த்தல்லோ புறப்படவேணும்..'
'தொலைக் காட்சியிலே பார்த்துவிட்டுத்தான் போனனான். வெய்யில் என்று கிடந்தது. ஆனால் மழையாய்ப்போச்சு!'
'தொலைக் காட்சி யோசியம் எல்லா நாளும் சரிவாறதில்லை.'
'உண்மைதான் ... ஆனால் அது யோசியம் இல்லை அம்மா. வானிலை வல்லாளர்கள் வானத்தின் நிலைமைகளை ஆராய்ந்து மதிப்பிட்ட முன்கணிப்பைத்தான் தொலைக் காட்சியிற் போட்டுக் காட்டுகிறார்கள்.'

அறுவை - 27

'வானிலையோ காலநிலையோ?'

'ஓர் இடத்தில் அவ்வப்போது நிலவுகின்ற வளிமண்டல நிலைமைகளுக்கு வானிலை (weather) என்று பெயர். அன்றாட நிலைமைகளைப் பதிவுசெய்து அவற்றின் சராசரிகளைக் கண்டு அந்த இடத்துக்குரிய அல்லது ஒரு நாட்டுக்குரிய பொதுவான நிலைமைகளைக் கணிப்பது காலநிலை (climate) எனப்படும். சராசரியையும் ஒரு வருடமோ அல்லது இரண்டு மூன்று வருடங்களோ பார்த்துச் சொன்னால் போதாது. ஓர் இடத்தின் காலநிலையைச் சரியாகச் சொல்ல வேண்டுமென்றால் அதன் வானிலையை 30 வருடங்களுக்கு அவதானிக்க வேண்டுமென்று சொல்கிறார்கள். அந்த அளவுக்குப் பஞ்சபூதங்களின் இயல்புகள் பரந்தவை. அளந்தறிய முடியாதவை. போன ஞாயிற்றுக்கிழமை வெய்யில் என்றார்கள். ஆனால் நாள் முழுவதும் மப்பும் மழையுமாகவே இருந்தது. வெப்பமும் 28 பாகை என்றார்கள் ஆனால் அது 21.1 ஆகவே இருந்தது. வானிலை வல்லாளர்களையும் குறைசொல்ல முடியாது. என்னதான் நவீன கருவிகள் இருந்தாலும் அவற்றைக்கொண்டு அவ்வப்போதைய நிலைமைகளைச் சரியாகக் கணித்தாலும் நாளைய நிலைமை இப்படித்தான் இருக்குமென்று சரியாகச் சொல்ல முடியாது. செவ்வாய்க் கிரகத்துக்கு விண்வெளிக் கப்பலை வெற்றிகரமாக அனுப்பினாலும் செவ்வாய்க்கிழமையின் வானிலை இப்படித்தான் இருக்குமென்று முதல்நாள் திங்கட்கிழமை திட்டவட்டமாகத் தீர்மானிப்பது கடினம். காரணம் வானிலை கணத்துக்குக் கணம் மாறும் இயல்புடையது. விஞ்ஞானிகள் எதனைத்தான் வெற்றி கொண்டாலும் வானிலையை இன்னமும் முழுமையாக வெற்றிகொள்ளவில்லை என்றே சொல்லவேண்டும். இருந்தாலும் வானிலை வல்லாளர்கள் கணித்துச் சொல்லும் முன்னறிவித்தல்கள் பல வழிகளில் எமக்கு நன்மை யாகவே அமைகின்றது. உதாரணமாக, அமெரிக்காவின் தேசிய சூறாவளி நிலையத்து (U.S. National Hurricane Center) நிபுணர்கள் புளோறிடா மாநிலத்தின் தென்கிழக்குப் பகுதியைப் பயங்கரமான பிரான்சிஸ் என்ற சூறாவளி ஒன்று செப்டம்பர் 4 காலை தாக்கப்போகிறது என்று எச்சரிக்கை செய்தார்கள். அரசாங்கம் சூறாவளியின் பாதையில் வாழும் மக்களைப் பாதுகாப்பான வேறு இடங்களுக்குப் போகச்சொல்லிப் பொருட்சேத மானாலும் உயிர்ச்சேதம் இல்லாமல் பார்த்துக்கொண்டது. அதுபோலவே யமேக்காவை ஐவன் என்ற சூறாவளி சூறையாடப்போகிறது என்றார்கள். பல்லாயிரம் மக்கள் பாதுகாப்புத் தேடக்கூடியதாக இருந்தது. அவர்கள் சொன்னதுபோலவே சூறாவளிகள் வந்தன. பலத்த சேதங்களை விளைத்தன. அந்த வகையில் முன்னறிவித்தல் எவ்வளவோ நன்மையானது. பொதுவாக வானிலை முன்னறிவித்தல்கள் கிட்டத்தட்டச் சரியாக இருக்கும். சில பிழையாகிப் போகும். அதற்கு யாரை நோவது? தீதும் நன்றும் பிறர்தர வாரா. எல்லாம் எப்பவோ முடிந்த காரியம். அழைப்புக்கு நன்றி அம்மா.'

'இவ்வளவு நேரமும் என்னோடை கதைச்சதுக்கு நானெல்லோ நன்றி சொல்ல வேணும். நன்றி. நன்றி. உடம்பைப் பார்த்துக்கொள்ளுங்கோ! வணக்கம்.'
'வணக்கம் அம்மா.'

பத்து இலட்சம் பொன்னும் கேட்டாள்
சத்தியமும் வாங்கிப் போட்டாள் -
சகோதரரே
தாசிகள் நேசம் மோசமே - தொலை
பேசிகள் நேசம் வாழ்கவே!

கவிஞர் வி. கந்தவனம்

Neelam silk

சுபமுகூர்த்தப் பட்டுக்கு என்றுமே இராசியான இடம்

'தமிழர் மத்தியில் தரமான பட்டுப் புடவை மாளிகை'

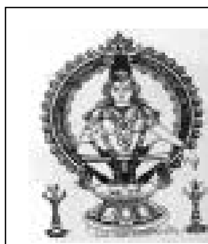
நீலம் சில்க்

- SONALIKA PURE SILK
- JARDHOSHI SATIN & CREPE SILK
- JAPAN CRYSTAL SILK
- JAIPUR CRYSTAL SILK
- VASUNTHARA NETWORK CREPE

பட்டுத் தெரிவுகள் அனைத்துக்கும்
"நீலம் சில்க்"

T.P: 416-778-7455
Fax: 416-778-8484
1453 GERRARD STREET, EAST
(INDIAN BAZZAR)

T.P: 416-759-2002
2378 EGLINTON AVE., E.
(Kennedy Rd. & Eglinton Ave, Scar.)



MANIKKANDAN
Take Out & Catering

தமிழ் தாய் நினைவைக் கொண்டுவரும் தராதரமிக்க, கனடிய கோட்பாடுகளுக்கு அமைய எமது தயாரிப்புகளான சோறு, மரக்கறி, இறைச்சிக்கறி, கடலுணவு, கொத்துரொட்டி வகைகள், ரொட்டி, இடியப்பம், புட்டு, இட்டலி, தோசை, மசாலா தோசை, வடை, Rolls, Cutlets, Patties போன்ற பலவகை உணவுவகைகளைப் பெற்றுக்கொள்ள அழையுங்கள் மணிகண்டன்.

புதிய கிளை
1585 Ellesmere Rd.
(Progress Park Plaza)
416.438.2225

Wedding or any Occasions
Special Deals Available

- சுவை நிறைந்த பல்வேறு வகையான INDIAN SWEETS
- வீட்டில் தயாரிக்கப்பட்ட மாங்காய், தேசிக்காய் அச்சாறு

இடியப்ப மெஷின் விற்பனைக்கு உண்டு.

இல்லங்களில் நிகழும் பலவிதமான வைபவங்களுக்கும் தேவையான உணவுகளை ருசித்து மகிழ்ந்திட அழையுங்கள் மணிகண்டன்.

Call: Siva: 416-283-1260
790 Military Trail , Unit 1A, Scarborough ON M1E 4P7

அநுபவத்தில் கண்டறிந்த உண்மைகள்

ஆளுமை வளர்ச்சிக்குப் பிரார்த்தனைகள்

உன்னையே நீ மதித்து, நேசித்து, உனக்கே நீ அன்பு செய்வதால் உன்னையே கடைப்பிடித்து உனது இறைசக்திக்கு நறுமணமூட்டு. பிரார்த்தனை எனும் உணவை அடிக்கடி உனது இறைசக்திக்கு அளித்து பலப்படுத்திக்கொள். அடிக்கடி மௌனம் எனும் நல்விருந்தையும் பரிமாறு. நம்பிக்கை எனும் ஓய்வில் அடிக்கடி திளைத்துக் களைப்பாறு. அன்பு, இரக்கம், தயை, எளிமை எனும் நற்குண ஆடைகளால் உன்னைப் போர்த்துக்கொண்டால் வெகுவிரைவில் உனது மானிடக் கட்டுப்பாடுகளைப் பிட்டுக்கொண்டு நீ பிரம்மாண்ட வளர்ச்சியடைவாய்.

நாம் காயப்பட்டுவிடுவோம் என்ற பயம். நாம் கொடுக்கும் அன்பு திரும்பக் கிடைக்காது என்ற பயம். அன்பை மறைப்பதில் தமிழர்கள் கை தேர்ந்தவர்கள். இப்படி இன்னொருவரின் உறவிலிருந்து பின்வாங்குவதை நீ அவதானித்ததும், நான் ஏன் இப்படி என் அன்பை வெளிக்காட்டாமல் மறைத்து வைத்துக் கொண்டிருக்கின்றேன் என்ற கேள்வியை கட்டாயம் உன்னிடமே நீ கேட்டுக்கொள்.

இத்தனை காலமும் உனது உடலை மாற்றமடையச் செய்வதில் உனது சக்தியைச் செலவழித்துக் கொண்டிருந்திருப்பாய். இன்று முதல் உனது சாரத்தைப் போஷிக்க ஆரம்பி. அப்படி நீ; உனது சாரத்தை, உனது ஆன்மாவைப் போஷித்தால், நீ நிற்குமிடத்தில் மிகவும் அற்புதமான சக்தி வாய்ந்ததொன்று நிச்சயம் உருவாகும். அது நீ தான். அன்பானவர்களே! இவ்வாறு நாம் எம்மை மாற்றிக் கொண்டால் நாம் விரும்பும் அனைத்தையும் எமக்கு இறைவன் அளிக்க, சந்தர்ப்ப சூழ்நிலைகள் எமைச்சுற்றி உருவாகும். எமக்குள்ளே மனமாற்றம் ஏற்பட்டவுடன், எமது சூழலிலும் நிச்சயம் மாற்றங்கள் ஏற்படும் என்பது நான் அநுபவத்தில் கண்டறிந்த உண்மை. இன்று முதல் நான் எனது மையத்திலுள்ள இறைவனின் சாராம்சமாகிய எனது ஆன்மாவைப் போஷிக்க ஆரம்பிக்கின்றேன்.

பயம்

எனக்கும், என் அன்புக்குரியவர்களுக்கும் இடையே பயம் என்னும் விரோதி குறுக்கிட்டு பிரச்சினை ஏற்படுத்த சிலசமயங்களில் நான் அநுமதித்து விடுவதைப் பற்றிய விழிப்புணர்வு எனக்கு ஏற்பட்டதும் நான் அன்பை அறிந்து கொள்வேன். எமது அன்பை உள்ளடக்கி வெளிப்படுத்தா மலிருப்பது எப்படி என்பது தெரியுமா? ஆம்! நாம் அடிக்கடி செய்கின்றபடியால் எங்கள் ஒவ்வொருவருக்கும் அதை எப்படிச் செய்வது என்பது நன்கு தெரியும். எமது மனநோக்கு, கோரிக்கை, செயற்பாடு முதலியவற்றைக் கொஞ்சங்கூட மாற்றாமல் பிடிவாதத்துடன் மற்றவர்களைத் தூரத்தள்ளி, உறவை முறித்துக் கொள்கின்றோம். எங்கள் மேல் அக்கறையுள்ள பிரியமானவர்களின் மேல் ஏற்பட்ட கோபத்தால் எம்மைப் பணயக் கைதிகளாக்கி அவர்களை விரோதித்து விடுகிறோம். “எனக்கு ஏகப்பட்ட வேலை, ஒன்றுக்குமே நேரம் வருவதில்லை” என்று அங்கலாய்ப்புடன் நொந்திருக்கும் அவர்களின் மனதைத் தேற்ற ஒன்றுமே செய்யாது விடுகிறோம். ஏற்பட்டிருக்கும் பிணக்கின் காரணிகளை ஆராய்ந்து, உளவளத்துணை போன்றவற்றின் உதவியுடன் அவற்றைத் தீர்க்க வழி வகுக்காது, எமது அன்பை உள்ளடக்கி உறவை முறித்து அவர்கள் மனதைப் புண்படுத்தி விடுகின்றோம்.

நீ மற்றவர் என்னென்ன விதங்களில் உன் மனதை ரணமாக்கினார் என்பதையும் உன் மனப்பாரத்தின் பழுவையும் வெளிப்படுத்தாது மறுக்கும்போது உன் அன்பை உள்ளடக்கி மறைத்துக் கொள்கின்றாய். உனது உறவைச் சீரமைக்கக் கூடிய முக்கிய தகவல்களை மற்றவரிடமிருந்து நீ மறைக்கும்பொழுது உனது அன்பை வீணே உள்ளடக்கிக் கொள்கின்றாய். நீ காயப்பட்டு புண்பட்டுவிடுவாய். ஏற்கப்பட மாட்டாய் என்ற பயம் என்ன நடந்தாலும் எனக்குப் பரவாயில்லை என்ற பாவனை யாவும் நீ உனக்குள்ளிருக்கும் அன்பை மறைத்து உள்ளடக்கிக் கொள்வதைத் தான் காட்டுகின்றது. பிரச்சினையின் பங்காளியிடமிருந்து உனது உண்மையான உணர்வு அநுபவத்தை நீ மறைக்கும்பொழுது, உனது அன்பை வெளிப்படுத்தாது மறைத்துக் கொள்கின்றாய். அன்பின் வெளிப்பாடாய் இல்லாதது எதுவும் உண்மையில் பயத்தின் வெளிப்பாடுதான். எந்தக் காரணத்திற்காகவும் எம் அன்பை வெளிக்காட்டாதிருப்பது, நாம் பயத்தினால் மூழ்கடிக்கப்பட்டிருப்பதன் அறிகுறிதான்.

நாம் காயப்பட்டுவிடுவோம் என்ற பயம். நாம் கொடுக்கும் அன்பு திரும்பக் கிடைக்காது என்ற பயம். அன்பை மறைப்பதில்

தமிழர்கள் கை தேர்ந்தவர்கள். இப்படி இன்னொருவரின் உறவிலிருந்து பின்வாங்குவதை நீ அவதானித்ததும், நான் ஏன் இப்படி என் அன்பை வெளிக்காட்டாமல் மறைத்து வைத்துக் கொண்டிருக்கின்றேன் என்ற கேள்வியை கட்டாயம் உன்னிடமே நீ கேட்டுக்கொள்.

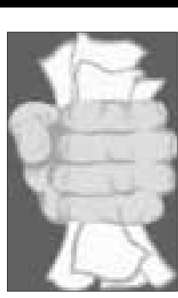
அன்பு, இரக்கம், தயை, எளிமை எனும் நற்குண ஆடைகளால் உன்னைப் போர்த்துக்கொண்டால் வெகுவிரைவில் உனது மானிடக் கட்டுப்பாடுகளைப் பிட்டுக்கொண்டு நீ பிரம்மாண்ட வளர்ச்சியடைவாய்.

அப்போது, மற்றொருவர் உனக்கு இப்படிச் செய்வதை விரும்பாத உன்னை, உனது மறைமுகப் பயம்தான், இவ்வாறு உனது அன்பை வெளிக்காட்டாதிருக்கத் தூண்டுகிறது என்ற உண்மையை உணர்ந்து புரிந்து கொள்வாய். உனது அன்பை வெளிக்காட்டாது அடக்கி வைத் திருக்கும் வழிமுறைகளையும், அதன் காரணத்தையும் இன்றுவரை நீ உணராது இருந்திருக்கலாம். இன்று உண்மையை அறிந்துகொள். அன்பைப் பரிமாறிக் கொள். உனக்குப் பயம் இருக்கும்பொழுது அதை அடையாளங்கண்டு ஒத்துக்கொள். பின்பு உன்னை நேசித்த வண்ணம் அந்தப் பயத்திற்கூடாகச் சென்று மறுபக்கம் வா. ஒருவித பயமுமின்றி, அன்பைக் கொடுக் கவும் ஏற்கவும் நான் இன்று தயார். அன்பை வெளிப்படுத்திப் பரிமாறுவதில் நான் இனிமேல் கவனம் செலுத்துவேன்.

மேலதிக தகவல்களிற்கு அழையுங்கள் 905-624-9617

லலிதா புரூடி

DEBT & MORTGAGE SOLUTIONS !!



- கடன் தொல்லையா?
- கடன்காரர்களின் தொந்தரவா?
- Credit பிரச்சனையால் Mortgage கிடைக்கவில்லையா?

கவலைப்படாதீர்கள்!

அனைத்து வித பொருளாதார பிரச்சனைகளுக்கும் தீர்வு காண

முதல், இரண்டாவது, மூன்றாவது Mortgage பெற அழையுங்கள்

ராஜ்

416-835-6695

Call : ‘RAJ’

for all kinds of Debt & Mortgage Solution

Lendingtree.ca

SHAWN TRUCK & FORKLIFT

DRIVING SCHOOL

Fork Lift licence $75.00

Tricl licence $599.00

In Classes

365 (Learning Permit)
Dangerous Goods
Border Crossing
Air Brake (Z)
Log book

- A-Z & D-Z up grade • One on One Training
- Job Placement Right Away!
- உடனடி வேலை வாய்ப்புக்கள்
- வாரத்தில் ஏழு நாட்களும் அனுபவம் வாய்ந்த ஆசிரியர்களால் பயிற்சிகள் வழங்கப்படும்.

Air brake $175.00

Excellent Quality - Low Cost Training

சிறந்த பயிற்சி பெற அழையுங்கள்:

Pl. Call: Raja / Shan

416.525.7958/416.412.7618

40 NUGGET AVE., #8, Scarborough East (McCowan & Sheppard)

LEGENDS

TRIDEL PROJECT

@

KENNEDY & SHEPPARD

Price Start From $159,900.

Morningside/Swelles

Detached
5 Level Backsplit
4+2 Bedrooms
4 Washrooms
2 Kitchens

HOMELIFE HIGHER STANDARDS

Kethes Seevaratnam, CGA
Sales Representative

Homelife/GTA Realty Inc.
Please Call @ 416 275 5788

மெட்டிஒலி கதையல்ல, நிஜம்

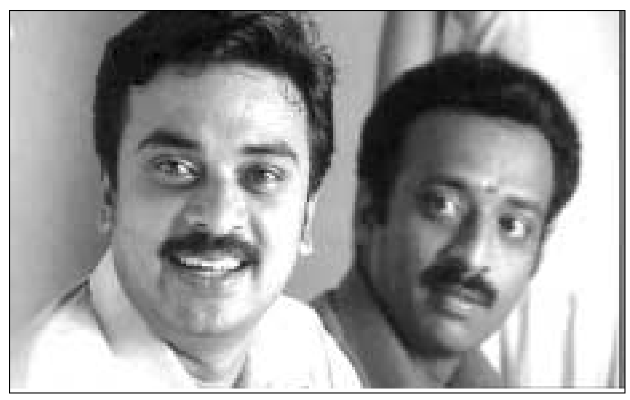
தொலைக்காட்சியைப் பொறுத்தவரை தினமும் ஏராளமான தொடர்கள் ஒளிபரப்பப்பட்டுக் கொண்டிருக்கின்றன. அவற்றுள் பெருந்தொடர் நாடகங்களின் பங்கு மிகவும் பெரியளவானது. அவற்றுள் குறிப்பிட்டுச் சொல்லக்கூடியவைகளுள் முதன்மை யானதாக தமிழகத்தில் மட்டும் அல்ல உலகெங்கிலும் தமிழர்களால் பேசப்படும் பாரட்டப்படும் தொடர்நாடகம் (சீரியல்) "மெட்டி ஒலி" ஆகும். வீட்டுக்கு வீடு, நாட்டுக்கு நாடு மிகவும் பரபரப்பாகப் பேசப்படும் மெட்டி ஒலி நடுத்தர குடும்பங்களில் அன்றாடம் நடக்கும் பிரச்சினைகளை அலசும் ஒரு யதார்த்தமான தொடர். நம் பெண்களை அப்படியே

- பரம் -

கட்டிப்போட்டு உட்காரவைத்து அழவைப்பன தொடர் நாடகங்கள். “நானும் இந்த நாடகத்தில் வரும் பெண்ணைப் போலவே இருக்கின்றேன்” என்று ஒவ்வொரு பெண்ணும் தன்னைப் பற்றிக் கவலைப்பட வைப்பன. இது அந் நாடகங்களை இயக்குபவர்களின் வெற்றி மட்டுமல்ல, பெண்களை ஆணுக்கு அடங்கி வாழ வேண்டியவர் என்பதையும் எடுத்தியம்புகின்றன. இத்தொடரின் இயக்குனர் கதாசிரியர் திருமுருகன். இத்தொடரில் கோபி பாத்திரம் ஏற்று நடிப்பவர் Medical College இலிருந்து வந்த Interview வை கைவிட்டு Film Institute இல் சேர்ந்து Training முடித்துவிட்டு இவரும் இவரின் நண்பகள் சிலரும் சேர்ந்து J.J TV இல் சின்னதிரை கதைகள் என்ற பெயரில் 13வாரம் தயாரிப்பு, கதை, நடிப்பு என்று எல்லா பொறுப்புகளையும் ஏற்று நடத்தினார்.

கடந்த ஒரு வருடமாக மெட்டி ஒலி என்னும் வெற்றித்தொடரை அளித்துக் கொண்டிருக்கின்றார். இவர் ஒரு பேட்டியில் குறிப்பிடும்பொழுது, “மெட்டி ஒலி கதையல்ல. நிஜம். நிறைய குடும்பங்களில் நேரடியாகப் பார்த்து, மனசைப்பாதித்தது. இதையெல்லாம் கோர்வையாக இச்சீரியலில் கொண்டு வரப்பட்டுள்ளது. அதிலும் சரோ பாத்திரம் உண்மையானது. அதைச்சுற்றியுள்ள பாத்திரங்கள் எல்லாம் பார்த்த, மனதைப் பாதித்தவற்றை அடிப்படையாகக் கொண்டு அமைக்கப்பட்டவை. அதனுடன் கற்பனையாக சில சம்பவங்களைச் சேர்த்து திரைக்கதையாக்கப்பட்டுள்ளது. அது ரசிகர்கள் இடையே நல்ல வரவேற்பைப் பெற்றுள்ளது” என்று கூறுகிறார். இன்றைய சூழ்நிலையில் ரசிகர்களை சிந்திக்கவைப்பது மிகவும் கஷ்டம். மெட்டி ஒலியைப் பொறுத்தவரை எல்லாம் கலந்தவையாகவே இருக்கின்றது.

மெட்டி ஒலிக்குப் பிறகும் இன்னும் பல மெகா தொடர்கள் தயாரிக்கவுள்ளதாகவும் இது மாதிரி நல்ல குடும்பப் பாங்கான கதைகள், குடும்பப்பாங்கான பாத்திரங்களை கொண்டு மக்கள்



எதை விரும்புகிறார்களோ அதை வைத்து படம் எடுக்கவுள்ளதாகவும் கூறுகிறார். தனிப்பட்டவரின் முயற்சியல்லாமல் கூட்டு முயற்சியும் உழைப்பும் தான் வெற்றிக்குக் காரணம் என்று கூறுகிறார் இயக்குனர் திருமுருகன்.

பொதுவாக இத்தொடர் நாடகங்களின் தலைப்புக்களை நோக்கினால் அனைத்தும் பெண்சார்ந்த பெயர்களைக் கொண்டவையாகவே வருகின்றன. எடுத்துக்காட்டாக: பெண், மனைவி, சித்தி, தாலி, அண்ணி, அம்மா, அவளும் பெண்தான், அத்தை...

கல்நெஞ்சம்

நெஞ்சிற்குள்
நாமுண்டென்பர்
ஆனால்
உன் நெஞ்சோ
வறண்ட பாலைவனம்!
தினம் தினம்
எனை வதைக்கிறாய்
காரணம்.......
நான் உனக்குக் கீழ்
வாழ வேண்டி
நிர்ப்பந்திக்கப்பட்டமை தான்!
நிம்மதி தேடும் என்னை
சொல்லால் சிதைக்கின்றாய்
வாழ வேண்டிய என்னை
விரக்திக்கு மாற்றிவிட்டாய்!
இதனால் இலாபமே உனக்கு
நஷ்டமல்ல!
துளிர் விடவேண்டிய என் மனதை
கருக்கி விட்டாய்
சொற்கள் எனும் கொடுந்தீயினால்
உயிருடன் வாழ்வது
வசந்த வாழ்வை தேடியல்ல
என்றாவது ஒரு நாள்...
என்னைப் புரிந்து கொள்வாய்
என்ற நம்பிக்கையில் தான்!

ஸ்ரீறஞ்சனி
தேவாலய வீதி
சங்கானை

வாய் துர்நாற்றம் அடிக்கிறதா?

• ஒரு குவளை தண்ணீரில் எலுமிச்சம் பழத்தைப் பிழிந்து கொள்ளுங்கள். அதனைத் தினமும் காலை, இரவு வேளைகளில் வாயில் ஊற்றிக் கொஞ்ச நேரம் வைத்திருங்கள். இப்படிக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக ஊற்றிக் கொப்பளித்தால் வாய் துர்நாற்றம் நீங்கும்.

பசித்துப்புசி

• எப்போதுமே உணவு, காய்கறிகளை அரைவயிறு சாப்பிடவேண்டும். தண்ணீர், மோர் ஆகியவற்றை முக்கால் வயிறு சாப்பிட வேண்டும். கால் வயிறு எப்பொழுதும் காலியாக இருக்க வேண்டும். வயிறு முட்ட சாப்பிடுவது நல்லதல்ல. உதாரணமாக ஒரு பாத்திரம் நிறைய அரிசியும், தண்ணீரும் வைத்தால் வெந்து பக்குவம் ஆகாது. அதேபோல வயிறு நிறைய சாப்பட்டால் அது நன்றாக ஜீரணமாகாது.

ACTION HONDA

“WHERE CAR OWNERSHIP IS MADE EASY”

புதிய பழைய HONDA வாகனங்களை
ஈழத்தமிழ் மகன்
சோதீஸ்
இடம் பெறும்போது

- சிறந்த சேவை
- Life time Oil change
- மற்றைய எல்லா இடங்களையும் விட கிடைக்காத குறைந்த விலைக்கு உத்தரவாதம்.

Special

All 2005 Models at our show room.

416-704-1179

அலுவலக நேரம்
Mon., Fri., Sat.: 9:00 am - 6:00 pm
Tues., Wed.: 12 noon - 9:00 pm
4334 Kingston Rd, Scarborough

NTE AUTO
New Trade Engineering Inc.

ஸ்காபரோவில் 13வது வருட தன்னிகரற்ற சேவை

உங்கள் சகலவிதமான ஐரோப்பிய, ஜப்பானிய, அமெரிக்க வாகனத் திருத்த வேலைகளுக்கு நீங்கள் நாடவேண்டிய ஒரே இடம்.

Also Air Condition Service & Repair

SIVABALAN

416.750.1573

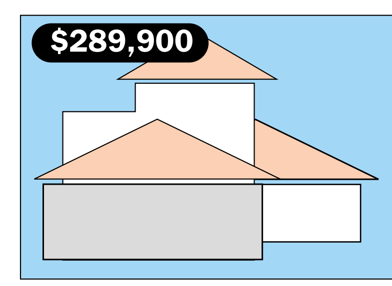
என். ரி. இ. ஓட்டோ இங்க்

151 NATUCKET BLVD., UNIT #12, SCARBO., ON

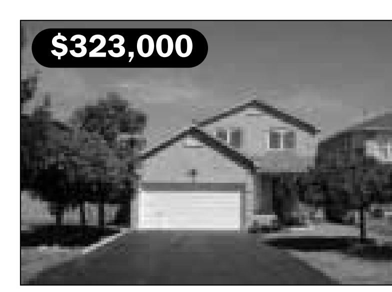
IN NEW MILLENNIUM WE ARE ENTERING 11TH YEAR SERVICE IN SCARBOROUGH.

Neilson&Tapscott
Condo Apartment
2 Bedrooms
2 Washrooms

Markham/Sheppard
Semi-Detached
4+2 Bedrooms
3 Washrooms



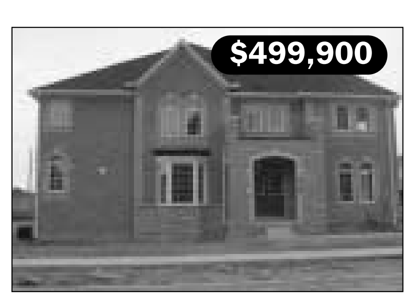
Sheppard/Meadowvale
Semi-Detached 2-Story
3 Bedrooms
3 Washrooms



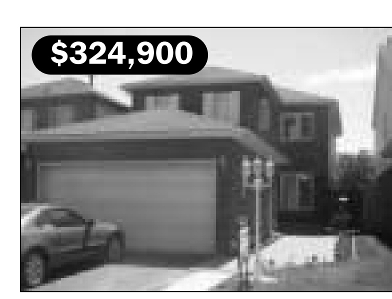
Sheppard/Port Union
Detached 2 Storey
3+1 Bedrooms
3 Washrooms

digi Media Creations -416.467.4952

Markham/Steeles
Detached 2-Story
4 Bedrooms
3 Washrooms



Steeles/Staines Rd
Detached 2 Storey
5 Bedrooms
4 Washrooms



Morningside/Finch
Detached 2-Storey
4+2 Bedrooms
4 Washrooms

சசி செல்வரட்ணம்

Sales Rep.

Direct **416.725.1125**
Office **416.321.6969**

HOMELIFE HIGHER STANDARDS

HOMELIFE/GTA Realty Inc.
1711 McCowan Rd., Suite 206, Toronto, ON M1S 3Y3

மாணவர் பகுதி

S.F. Xavier (ஆசிரியர்)

Answers to Tutorial 153 — **September 15, 04**

Ans. 1. $3!\ 4! = 3 \times 2 \times 4 \times 3 \times 2 = 144$

Ans. 2. $7 \times 6 \times 5 \times 4 \times 3 \times 2 = 5040$ ways.

Ans. 3. Odds in favor of A = amount waged/ won
7/1 = 10/X X = $70.00

Ans. 4. Let regular price of one T shirt be x dollars. If a person bought 3 T shirts, he will pay $(2x + 1). Since the cost of 12 T shirts is $120.00. Single lot will cost $30.00. 2X+1 = 30, X = $14.50

Ans. 5. $V = 1/3\ \pi r^2 h$ [r - radios, h- height]
$V = 1/3\ h^2/4\ h$ [2rh, r = h/2] $V = 1/3\ h^3/4$
dv/dt = /4 h2 dh/dt dh/dt = 8 x 4/ x 12 x12 = 2/9 m/min

Tutorial - 154

1. Prove that the square of an odd integer is always of the form 8 k+1, What k is an integer.

2. ∆ABC is obtuse angled at C. The bisector of exterior angles at A and B meet BC and AC at D and E respectively. AB = AD = BE, Prove that <ACB = 180.

3. In the opening games of the season the torches scored 8 more goals than the Flames. Altogether two teams scored 120 goals. How many goals were scored by each of them.

4. A coin is tossed nine times. In how many ways could the results be six heads and three tails.

BY. MR. S.F.XAVIER (Teacher) TEL: 416-431-6774

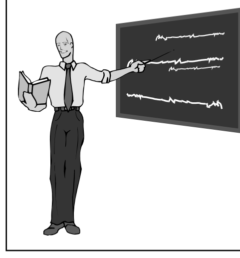
ENGLISH & MATH TUITION

UNDERTAKES FOR GRADES 2 TO OAC (GR. 12)
BY
(EXPERIENCED LECTURES WITH WIDE EXPERIENCE)
IN
ENGLISH (Grammatical/Spoken/Written)
&
Maths from Gr.2 to OAC & Gr. 12.

Groups of 4 and indivitual classes available for all grades.
Special groups of 4 and individual classes available in
(1) Geometry & Dis Mathematics
(2) Advanced Functions & introductory Calculus
(Separate group classes available for girls only)

CONTACT: 4 1 6 - 4 3 1- 6 7 7 4 (Markham & Ellesmere)

ஆங்கில வகுப்புக்கள்



மொழியின் தொடக்கமான ஒலி - ஒலி ஊச்சரிப்புத் தொடங்கி ஆங்கிலத்தை இலக்கண சுத்தமாக பயின்று எந்தப் பயமுமின்றி செந்தமிழ்போல், ஆங்கிலத்தில் அபரிமித பயன்பெற தகுதி வாய்ந்த, அனுபமிக்க, கனடா பல்கலைக்கழகம் ஒன்றில் ஆங்கிலத்தில் M.A பட்டம் பெற்ற பட்டதாரி ஆசிரியரினால் ஆங்கிலம் கற்பிக்கப்படும். மிக மக அடிப்படையில் இருந்து கற்பிக்கப்படுவதால் ஆங்கிலம் கற்க விரும்பும் எவரும் வயது, கல்வித்தரம் என்ற வித்தியாசம் இன்றி இணைந்து கொள்ளலாம். 4 1 6 . 2 0 1 . 1 2 2 2

TUITION

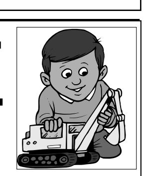
அனுபவம் வாய்ந்த தரமான முதுகலை (M.A.) பட்டதாரி ஆசிரியையினால் KINDERGARDEN இலிருந்து Grade 6 வரையிலான பிள்ளைகளுக்கு பாடங்கள் சொல்லிக் கொடுக்கப்படும்.

PL. CALL: 2 6 4 - 9 4 7 1

TUITION

• Chemistry > Gr. 11 Gr. 13 • Algebra & Calculus > Gr.13 • Physics • Finite > Gr. 13
• Maths New Curriculum for Grade 12 Geometry & Discrete Mathemetices, Universict preparation
இவற்றுடன் OAC பாடங்கள். கனேடிய கல்வி அனுபவம் பெற்றவரால் நடத்தப்படுகிறது.
NEILSON / McLEVIN
PL. CALL: Mr. & Mrs. Sharma,
4 1 6 . 7 2 4 . 8 3 3 6

SAMI DAYCARE



* மாதம் தொடக்கம் 6 வயதுச் சிறார்களுக்குச் சிறந்த பராமரிப்பு
* ECE தகுதி பெற்ற நடத்துனர் * TAX RECEIPT வழங்கப்படும்
* காலை 7:00 மணி - மாலை 6:00 மணி வரை * மாலை 6:00 மணி - மாலை 10:00 மணி வரை * சனி, ஞாயிற்றுக் கிழமைகளிலும் பிள்ளைகள் பராமரிக்கப்படும்

1 Hr. - $3.00
Day - $15.00
Week - $75.00

Summer Daycare - $60 with food & Everything
தினசரி நடவடிக்கைகள் * உள்ளக, வெளியக, விளையாட்டுக்கள், தமிழ் ஆங்கிலம் படிப்பித்தல், இரு நேர உணவு, வெளிப்புறச் சுற்றுலா.

#7 Birchcrest Court (Finch / Warden) Mrs.S.J. சௌந்தரநாயகம் 416-502-3033

யோகா சோதிடம்

• கிரகப் பொருத்தம் பார்த்தல்
• சுபமுகூர்த்தம் கணித்தல்
• பலன் பார்த்தல்
• சாதகக் குறிப்புக் கணித்தல்

4 1 6 - 2 9 9 - 8 3 6 1

S M I L E

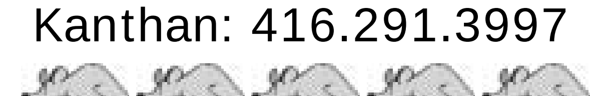
• BUSINESS PLANS
• CORPORATE TAX PREPARATION OF FILING
• PROFESSIONAL OVER 15 YEARS EXPERIENCE
• ACCOUNTING, TAXATION
• SYSTEMS - POINT OF SALES

RK CONSULTANTS
PL. CALL: 905.887.7457 / 905.751.7537
24 hrs, 365 days

வீட்டில் பூச்சி, எலித் தொல்லையா?

வீடுகள், தொடர்மாடி வீடுகள், தொழிற்சாலைகள், வியாபார நிலையங்கள் போன்றவற்றில் பூச்சி, எலித் தொல்லையா? கவலையை விடுங்கள். முற்றாக ஒழிக்க அழையுங்கள்

Kanthan: 416.291.3997



• No Spraying • No Smelling • No Moving

இலங்கைத் தமிழ் அகதிகள்

social degradation of a human group and they are treated with contempt and often become scapegoats on whom ills of the majority are projected" Says Robert Brian (1976) - page7, in his book' The Tribal Impulse'.

"இரந்தும் உயிர் வாழ்தல் வேண்டின் பரந்து
கெடுக உலகியற்றி யான்"

இது 1062வது திருக்குறள்.

மனித அழிவை ஏற்படுத்தும் பல்வேறு ஆயுத விற்பனைமூலம் கோடிக்கணக்கில் சம் பாதித்துத் தங்கள் பொருளாதார மேம் பாட்டைத் தக்க வைத்துக்கொள்ளும் அபிவிருத்தியடைந்த நாடுகள் அவ் ஆயுத கலாசாரம் காரணமாகவே பிரச்சினைகள் எழுந்து வளர்ந்து பூதாகாரமாகிக் கொண்டு போகின்றன என்பதை உணர வேண்டும். அபிவிருத்தியடைந்த நாட்டு மக்கள் இதை நன்றாக உணரும் காலம் வரும்வரை, உணர்ந்து தத்தம் அரசுகளின் ஆயுத விற்பனைகளுக்குப் பூரணமான தடை விதிக்கும் வரை ஆயுத மோதல்களினால் ஏற்படும் தாக்கம், வறுமை, பசி, பட்டினி, பஞ்சம் காரணமாகத் தஞ்சம் கோரி நிற்கும் பரிதாபத்திற்குரிய மக்களுக்கு மனிதாபிமான அடிப்படையில் உதவ வேண்டிய கடப்பாடு வித்திட்ட அரசுகளுக்கு நிச்சயம் உண்டு.

"சூழுங் குடியும் ஒருங்கிழக்கும் கோல் கோடிச்
சூழாது செய்யும் அரசு"

இது 554வது திருக்குறள்.

இந்தக் கொடுமைகள் இன்றோ...நேற்றோ நடந்தவையல்ல? இலங்கையில் இது 1956 இல், 1958 இல், 1977 இல், 1983 முதல் கடந்த வருடம் வரை நடந்தேயிருக்கின்றது.

இலங்கை மண்ணிலிருந்து புலம் பெயர்ந்தவர்கள் - கனடா மண்ணில் ஏறக்குறைய 3 இலட்சம் அகதிகள், ஐரோப்பா மண்ணில் 2 இலட்சம் அகதிகள், இந்தியமண்ணில் 70,000 அகதிகள், அமெரிக்க மண்ணில் 40,000 அகதிகள், அவுஸ்திரேலிய மண்ணில் 30,000 அகதிகள், இவை தவிர மற்றைய 12 நாடுகள் 80,000 அகதிகள். இது மட்டுமா?

இலங்கை மண்ணில் ஏறக்குறைய 8 இலட்சம் இடம் பெயர்ந்த அகதிகள். தன் பிள்ளைகள் துயர்கண்டு ஈழத்தமிழன்னை இரத்தக்கண்ணீர் வடித்துக்கொண்டிருக்கின்ற போதிலும் அவர்கள் உலகெங்கும் இன்று பரந்து வாழ்வதில் பெருமை கொள்ளத்தான் செய்கின்றாள்.

"அல்லற்பட்டு ஆற்றாது அழுத கண்ணீரன்றே
செல்வதைத் தேய்க்கும் படை"

இது 555வது திருக்குறள்

ஈழத்தமிழன்னையிடம் ஒரு திடமான, தீர்க்கமான நம்பிக்கையுண்டு. தன் பிள்ளைகளில் ஒரு பகுதியினராவது ஒரு காலகட்டத்தில் தன்னிடம் நிச்சயம் திரும்பி வந்து சேர்ந்து தன்னைத் தாலாட்டுவார்கள் என்பது தான் அது.

இரத்த அழுத்தம் ஏன்? எதற்கு? எப்படி?

மூளையிலும் பாதிப்பை செல்லும் இரத்தக்குழாய் அடைபட்டு, மூளை செயலிழந்து மரணமடையும் வாய்ப்பு உண்டு. அல்லது பக்கவாதம் எனும் ஒரு கைகால் செயலிழப்பு நேரிடும். அடுத்து, பக்கவாதம் ஏற்பட்டு நாக்கும் இழுத்துக்கொண்டு பேச்சு சரியாக வராமல் குழறியபடி இருக்கும். மேலும் உண்டாக்கும். மற்றும் சிறுநீரகமும் செயலிழக்கும் அபாயமும் நெஞ்சுவலி மார்பு படபடப்பு, மயக்கம் இவைகள் ஏற்படும். கண்டிப்பாக மருத்துவரை அணுகி இரத்த அழுத்தத்தை குறைப்பதற்கு உடனடியாக முயல வேண்டும்.

இலங்கைத் தமிழ் அகதிகள்

அவுஸ்திரேலியா

மக்கள் இடம்பெயர்வதற்கான காரணிகள் பல. வளமான வாழ்வு வாழலாம் என்ற எண்ணத்துடன் பண்டைகால நாடோடி மக்கள் வனப்புமிக்க பிரதேசங்களை நோக்கித் தத்தம் உடமைகளுடனும் வளர்ப்பு மிருகங்களுடனும் இடம்மாறியவண்ணமே இருந்தனர் என்பது வரலாறு. அக்காலகட்டத்தில் உலக நாடுகளினது எல்லைகள் தற்போது போல வகுக்கப்படவில்லை. அத்தகைய இடப் பெயர்வுகள் மாறுபட்ட இனத்தவர்களின் வசிப்பிடங்களை கைப்பற்றும் நிலைமையை ஏற்படுத்தியது. அதன் முனைப்பாகப் பாரிய மோதல்கள் ஏற்படத்தான் செய்தன. எனினும் வல்லவன் வகுத்ததுதான் சட்டம் என்பதற்கமைய பலசாலிகள் செழிப்புமிக்க பூமிகளைப் பலாத்காரமாகத் தம்வசப்படுத்தித் தங்கள் இருப்பை நிலைப்படுத்திப் பின்னர் ஸ்திரப்படுத்திக் கொண்டார்கள். இத்தகைய திடீர் ஊடுருவல் தாக்கங்களினால் ஆங்காங்கே வாழ்ந்த பூர்வீகக் குடிகளில் அநேகர் நிலைகுலைந்து அழிக்கப்பட்டோ துரத்தப்பட்டோ அல்லது ஓரங்கட்டப்பட்டு ஒதுக்கப்பட்டோ அவல வாழ்வு வாழவேண்டிய துர்பாக்கிய நிலை ஏற்பட்டது. பல்வேறு ரூபங்களில் இன்றும் தொடர்ந்து கொண்டு தானிருக்கின்றது.

"Thousand of cultures have been wiped off the face of this earth, either absorbed by the neighboring monolithic group or wiped out by physical aggression on the part of intolerant, invading powers hungry for land resources and labor" - (Says Robert Brain (1976) in his book 'The Tribal Impulse' - Page 275)

அன்று நாட்டு எல்லைகள் இருக்கவில்லை. இன்று எல்லைகள் உலகமெங்கும் உண்டு. அன்று உடல் பலம் பிரயோகிக்கப்பட்டது. இன்று ஆயுதபலம் பிரயோகிக்கப்படுகின்றது.

இலங்கைத் தமிழ்மண்ணில்!

தட்டிக் கேட்கத் துணிவில்லாதவர்களில் ஓரளவு வசதிபடைத்தவர்கள் பிறந்த மண்ணிலே பதுங்கி வாழ விரும்பாமலோ அல்லது இடர் காலத்தைத் தவிர்ப்பதற் காகவோ பசுமையான பாதுகாப்பான நாடுகளை நாடிச் சென்றனர்; செல்கின்றனர்; இனியும் செல்வார்கள். அத்தகையவர் களுக்குச் சூட்டப்பட்ட பெயர்தான் அகதிகள்.

நல்லை: க. குமாராசாமி

சில நாட்டவர்கள் அவர்களைப் பொருளாதார அகதிகள் என்று வர்ணிக்க முற்படுகின்றனர். அது தவறு.

இலங்கை இந்து சமுத்திரத்தில் உள்ள முத்தான நாடு என்று வர்ணிக்கப்படும் பொன்னான பூமி. அந்த மண்ணின் மகிமை அந்த மண்ணில் வாழ்ந்தவர்களுக்கு; வாழ்பவர்களுக்கு மட்டுமே தெரியும். பல நூற்றாண்டுகளாகப் பரம்பரை பரம்பரையாக நிம்மதியாக வாழ்ந்தவர்கள் வீடுவாசல் துறந்து, சுற்றம் மறந்து, நாடிழந்து நிர்க்கதியாக ஓடித்தப்ப முயல்வது ஏன் என்று சிந்தித்துப் பார்க்க வேண்டும். அவர்கள் போராடவிரும்பவில்லை என்பது கசப்பான உண்மையாகும். ஆனால் புலம் பெயர்வுக் கான காரணம்; வெளிப்படையான காரணம் அரசியல் ஸ்திரமின்மையாகும். அரசியல் ஸ்திரமின்மைக்கும் கலவரங் களுக்கும் நெருக்கமான தொடர்பு உண்டு!

கலவரங்களுக்கும் அதனை அடக்கியொடுக்க அரசினால் கையாளப்படும் பயங்கரங்களுக் கும் போதிய தொடர்புகள் உண்டு! பின்பு அத்தகைய பயங்கரங்கள் யுத்த மயமாக்கப் படுவதால் வீடு, வாசல், நிலம், புலம், சூழல், சுற்றாடல், உயிர், பயிர் அழிப்புக்கள் அனைத்துக்கும் நிறையத் தொடர்பு உண்டு! எல்லாவற்றுக்கும் மேலாக மன நிம்மதி இழப்பதினால் ஏற்படும் மரண-பயத்துக்கும் - உளவியல் பாதிப்புக்கும் பலத்த தொடர்பு உண்டு! உயிர்ப்பாதுகாப்பு இன்றேல் மக்களின் அன்றாட வாழ்க்கை என்பது நரகமாகிவிடும். 15ஆம் நூற்றாண்டில் ஆரம்பமான துப்பாக்கிக் கலாசாரம் இலங்கை மண்ணை கி.பி.1505 முதல் 1658 வரை போர்த்துக்கீசரை ஆட்சிசெய்ய வழிவகுத்தது. கி.பி.1659 முதல் 1814 வரை ஒல்லாந்துக்காரின் ஆட்சியையும் அதன் பின் கி.பி. 1815 முதல் 1948 வரை பிரித்தானியரின் ஆட்சியையும் நடைபெற வைத்தது.

அவர்கள் உலகின் மூலைமுடுக்கெல்லாம் படையெடுத்துச் சென்று அந்நாடுகளைத் தமது கட்டுப்பாட்டுக்குள் கொண்டு வந்த பின்னர் குடியேற்ற நாட்டு வளத்தைத் தமது பயன்படுத்தும் கொள்கையை இறுக்கமாகக் கடைப்பிடித்தனர். சுயலாப நோக்கோடு மாறுபட்ட இனங்களின் மொழி, கலை, கலா-சாரம், தனித்துவம் பற்றிக் கவலைப் படாமல் ஆட்சி நிர்வாக நன்மை கருதி நாடுகளைத் தம் இஷ்டத்துக்கு அமைய ஒன்றிணைத்ததோடு அல்லாமல் பிரித்தாளும் சூட்சுமத்துக் கமையப் பேதங்களுக்கு வழிகோலி இன மோதலுக்கான அத்திவாரம் பலமாக இட்டுவிட்டு உலக அரங்கில் அந்நாடுகளைத் தொடர்ந்து கட்டியாள முடியாத விரக்தி நிலை ஏற்பட்டதுமே வேண்டா வெறுப்பாகத் தங்களுக்குச் சாதகமானவர்களிடம் ஆட்சிகளை ஒப்படைத்து விட்டுத் திடீரென மின்னாமல் முழங்காமல் மெல்ல ஒதுங்கிக் கொண்டார்கள். இன்றைய இலங்கை அகதி நிலைக்குத் தாங்களே வித்திட்டவர்கள் என்ற சரித்திரத்தை மறந்து இலங்கைத் தமிழ் மக்களைப் பொருளாதார அகதிகள் என்று எப்படி வர்ணிக்க முடியும்?

433 ஆண்டுகளாகத் அந்நிய ஆதிக்கத்தின் தொடர்ச்சியான படர்ச்சியால் வாய்பேசாத மௌன அடிமைகளாக வாழ்ந்த இலங்கைத் தமிழ் மக்களுக்குத் தங்கள் வருங் காலத்தைப் பற்றிச் சிந்தித்து முடிவெடுப பதற்கு அவர்களை ஆண்டவர்களால் சந்தர்ப்பம் (Plebiscite) கொடுக்கப்பட்டிருந்தால் இத்தகைய குற்றச்சாட்டுக்கே இடமிருந்திருக்காது. 1956 ஆம் ஆண்டு முதலாக இலங்கையில் இனப்பிரச்சனை என்பதே ஏற்பட்டிருக்கவும் மாட்டாது. ஏனெனில் 1948இலேயே தங்கள் தலைவிதியை இலங்கைத் தமிழ் மக்கள் ஒருமனதாகத் தீர்மானித்திருப்பார்கள்.

"Nations of racial inferiority and primitivity are invented to justify the economic and

தொடர்ச்சி 18ம் பக்கம்

BASEMENT RENT

MARKHAM & SHEPPARD
1 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance. Laundry, parking. Close to mall, TTC, school, etc. Avail. October 01, 04. Small family பெரிதும் விரும்பத்தக்கது.
தொடர்புகளுக்கு: 905.474.3400

MCCOWAN & HWY 7
Newly done luxury1 bedroom bsmt. Sep. entrance, parking. Avail. immediately. Close to bus, school, mall, etc.
தொடர்புகளுக்கு : 416-414-5562

MIDLAND & FINCH
1 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance. Parking. Avail.immediately. Close to bus, store, school, etc.
தொடர்புகளிற்கு: Call: 416.298.3797

BRIMLEY & FINCH
2 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance, parking, cable. Avail. immediately. Also one bedroom for rent. Close to stores, TTC, mall, etc.
416.412.2853 / 647.295.2853

MORNINGSIDE & MCLEVIN
1 bedroom walkout bsmt for rent. Sep. entrance. Parking, cable. Avail. November 01, 04. Close to ttc, school, stores, etc.
தொடர்புகளுக்கு: 416.281.1644

MARKHAM & DENISON
1 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance. Cable, parking, laundry. Avail. immediately. Close to ttc, mall. அத்துடன் ஒரு அறை பெண்களுக்கு மட்டும் வாடகைக்கு உண்டு.
தொடர்புகளுக்கு: 905.294.1856

KENNEDY & DENISON
2 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance. Close to ttc, school, mall, etc.
தொடர்புகளுக்கு: 905.479.9510

VICTORIAPARK & FINCH
1 bedroom bsmt apt. for rent. (Rent $700 negotiable) Sep. walkout entrance. kitchen, living room, washroom, cable. 5 min. to bus stop, schools, parks & Daily Needs plaza.
தொடர்புகளுக்கு:416.497.5552

NEILSON & MCLEVIN
2 அறைகள் கொண்ட backsplit bsmt வாடகைக்கு உண்டு. Sep. entrance. 2 full washroom, parking, laundry. Avail. anytime. vedik $750 +40% utilities.
Pl. Call:416.283.3442 / 416.886.5447

MEADOWVALE & SHEPPARD DEENPARK ROAD
2 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance. Laundry, parking, cable. Avail. Immediately. Close to ttc, school, stores, hwy 401. தொடர்புகளுக்கு:
416.283.9451 / 416.721.1354

OLD KENNEDY & STEELES
1 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance. Parking, washer, dryer. Close to school, bus & mall. Avail. November 01, 04.
தொடர்புகளுக்கு - Brindha - 905.470.9390

NEILSON & SHEPPARD
2 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance, parking, laundry. Avail. immediately. Close to ttc, school, mall, etc.
தொடர்புகளுக்கு: 416.321.8344

MIDDLEFIELD & FINCH
Close to Iyappan hindu temple. 1 bedroom bsmt apt. for rent. Sep. entrance. Kitchen & living room. Avail. immediately. Close to ttc, mall, school.
தொடர்புகளுக்கு: 416.418.4837

DENISON & MCCOWAN
1 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance, parking, cable. Close to bus, stores, etc.
தொடர்புகளுக்கு: 905.477.6106

EGLINTON & BELLAMY
2 அறைகள் கொண்ட walk-out bsmt apt. வாடகைக்கு உண்டு. வாடகை $750 + Utility. Close to ttc, school, shopping, etc. Avail. immediately. தொடர்புகளுக்கு:
416.937.9108

BELLAMY & LAWRENCE
2 அறைகள் கொண்ட walk-out bsmt apt. வாடகைக்கு உண்டு. வாடகை $700 + utility. Avail. immediately. Close to mall (Cedabrae), TTC, school.
தொடர்புகளுக்கு: 416.669.6646

KENNEDY & EGLINTON
2 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance, parking, cable. Avail. October 01, 04. Close to subway, ttc, stores, etc.
தொடர்புகளுக்கு: 416.751.1171

BRIMLEY & DENISON
2 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance. parking. Avail. immediately. Close to Catholic & Public school, etc.
தொடர்புகளுக்கு: 905.944.0880 / 416.999.3965 After 6:00 pm

BIRCHMOUNT & STEELES
2 bedroom bsmt apt. for rent. Sep. entrance, parking, laundry. Avail. immediately. Close to school, stores, bus.
416.754.0401 / 905.946.8130

MIDLAND & SHEPPARD
2 bedroom bsmt for rent with all facilities. Sep. entrance, parking, close to midland subway, ttc, school. Avail. November 01st.
416.431.6774 /416.412.7204

MCCOWAN & FINCH
New 2 bedroom bsmt for rent. Walk-out, sep. entrance. laminate floor. Laundry, parking, cable. Avail. immediately. Close to school, ttc, mall, etc. தொடர்புகளுக்கு:
416.293.1546

FINCH & TAPSCOTT
2 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance, parking, cable, laundry. Avail. October 01, 04. Family preferred. Close to ttc, school, stores, mall. தொடர்புகளுக்கு:
416.293.9396 / 416.829.9797

MCLEVIN & MORNINGSIDE
1 bedroom bsmt apt. for rent. Sep. entrance, Parking. Family preferred. Avail. October 01, 04. Close to everything.
தொடர்புகளுக்கு: 416.283.4975

KENNEDY & DENISON
2 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance. Laundry, cable, parking. Avail. November 01, 04. Close to ttc, school, etc.
905.943.9652 after 6:00pm

EGLINTON & HWY 10 MISSISSAUGA
2 bedroom bsmt for rent. Sep, entrance. Laundry, cable, parking. Close to bus, school, mall. Avail. immediately.
905.755.9068 /416.889.9707

MCCOWAN & BRIMORTON
2 large bedroom bsmt for rent. Sep. entrance. Large living room, kitchen, washroom, washer & dryer, parking. Avail. November 01, 04. Close to ttc& all amenities. Nice quiet area.
தொடர்புகளுக்கு: 416.617.0201

MCCOWAN & ELSON
1 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance. parking, cable. Avail. immediately. Close to ttc, school, Markham transit.
416.565.5245 / 416.275.4162

MORNINGSIDE & SHEPPARD
Brand new 2 bedroom bsmt for rent. Living room, big kitchen, full washroom, laundry. Close to mall, TTC, school, etc. Avail. immediately. தொடர்புகளுக்கு:
416.286.5393 / 416.570.7156

SHEPPARD & NEILSON
ஒரு அறையுடன் கூடிய bsmt வாடகைக்கு உண்டு. Sep. entrance, washroom, kitchen, parking. Avail. immediately. Close to mall, bus, etc. தொடர்புகளுக்கு: 416.754.9202

BRIMLEY & EGLINTON
One large bedroom bsmt for rent. Sep. entrance. Bright large living room, dining room, kitchen, washroom, parking, cable, utilities. Avail. immediately. No smoking & alcohol. Quiet couple preferred. Close to ttc, shopping, etc.
தொடர்புகளுக்கு: 416.264.1498

SCAR. GOLF CLUP & LAWRENCE
சந்திப்பிற்கு அருகாமையில் bsmt இல் Room வாடகைக்கு உண்டு. Avail. immediately. Sep. entrance, kitchen, laundry, cable (Tamil channel included), parking. Close to school, mall, ttc, தமிழ் கடைகள்.
416.431.1524 / 647.290.7612

MARKHAM & SHEPPARD
Furnished apt. available. 1 bedroom bsmt. Sep. entrance, parking, laundry. Avail. October 01, 04. Single person preferred. Non smoker, no pets.
Pl. Call: 416.721.7947

SCAR. GOLF CLUB & LAWRENCE
2 bedroom walk-out bsmt apt. for rent. Bungalow house bsmt. Parking, cable, laundry. Avail. immediately. Close to TTC, stores, etc. Pl. Call: Jay
416.267.1428 / 416.275.3568

MIDDLEFIELD & ELSON
2 bedroom bsmt for rent. Parking, cable. Close to school, TTC, bank, middle field collegiate. தொடர்புகளிற்கு: 905.471.1593

KENNEDY & STEELES
2 bedroom bsmt apt. for rent. Sep. entrance. Parking. Rent $750 negotiable. Close to ttc, RT, stores, etc.
416.575.5055 / 905.470.5800

KENNEDY & STEELES
1 bedroom bsmt apt. for rent. Sep. entrance. Parking. Rent $600 negotiable. Close to ttc, RT, stores, etc.
905.474.2730 / 416.509.9882

MEADOWVALE & ELLESMERE MORRISH
2 Bedroom bsmt apt. for rent. Newly renovated. Sep. entrance. Parking, laundry. Close to TTC, school, U of T, go train, hwy 401, shopping. No pets. Rent $900 utilities inclu. தொடர்புகளுக்கு:
416.666.5205 / 416.282.9753

MORNINGSIDE & SEWELS
1 Bedroom bsmt for rent. Parking, cable, laundry. Avail. immediately. Close to bus, mall, school. தொடர்புகளுக்கு:
647.223.5050 / 416.283.6015

MIDDLEFIELD & FINCH
சந்திப்பிற்கு அருகாமையில் Newly Renovated 2 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance, living room, full washroom, kitchen, parking, cable. Close to ttc, school, (Public high) mall, temple. Avail. November 01, 04. Family விரும்பத்தக்கது.
Call: 416.662.9738 / 416.560.8628

MCCOWAN & ELLESMERE
1 bedroom for rent. Sep. entrance. No smoke, no pets. Close to 24 hrs TTC, 3 min. to Scar. centre, stores...
416.438.9848 / 416.560.3638

BIRCHMOUNT & LAWRENCE
1 bedroom bsmt apt. for rent. Sep. entrance. Laundry, parking. Avail. Immediately. Close to ttc, school, stores. 1 person - $500. 2 people - $600. Couple, பெண்கள் / வயதானவர்கள் விரும்பத்தக்கது.
தொடர்புகளுக்கு: 416.755.2176

MCLEVIN & MORNINGSIDE
Newly done 2 bedroom walk-out bsmt for rent. Sep. entrance. Parking. Avail. immediately. Rent $600. Close to everything. Call: 416.930.0910

FINCH & TAPSCOTT
1 bedroom bsmt for rent. Kitchen, living room, washroom, Parking. Couple preferred. Close to ttc, school, mall, etc.
தொடர்புகளுக்கு: 416.291.6819

BRIMLEY &EGLINTON
2 bedroom bsmt for rent. Newly renovated. Sep. entrance. Cable, parking, laundry, hydro & water inclu. Close to ttc, mall, specially Erra super market.
Pl. call: Wiji-416.267.1812 - home
416.778.5558 - work

MCCOWAN & 14TH AVENUE
2 bedroom bsmt for rent. Oneyear news bsmt. Parking, cable. Avail. October 01, 04. Close to high school & public school. Now smoking. தொடர்புகளுக்கு:
905.472.0416 / 416.899.6400

BRIMORTON & MCCOWAN
1 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance. Parking, cable. Close to everything.
தொடர்புகளுக்கு- கண்ணன்: 416.847.0579
416.836.1952

MARKHAM & MCLEVIN
1 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance, parking. Avail. immediately. Close to ttc, school, etc. Low rate.
Call: 416.438.3534 / 416.558.3534

BRIMLEY & FINCH
1 bedroom for rent. Cable, parking, laundry. Avail. immediately. Rent negotiable. Close to all amenities. Single lady preferred. தொடர்புகளுக்கு: 416.817.1612

FINCH & TAPSCOTT
2 Bedroom bsmt apt. for rent. Sep. entrance, Avail. immediately. Close to shopping, TTC, school. Call: 416.588.4016

BIRCHMOUNT & STEELES
1 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance, parking. Avail. immediately. Close to school, stores, bus.
தொடர்புகளுக்கு: 416.335.6078

ELLESMERE & ORTONPARK
2 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance. living room, big kitchen, full washroom, laundry. Avail. immediately. Close to school, ttc, stores. Rent $600 including utilities. தொடர்புகளுக்கு: 416.627.3056

KENNEDY & EGLINTON
Kennedy subway க்கு அருகாமையில் 2 bedroom bsmt வாடகைக்கு உண்டு. Sep. entrance. Large livingroom, washer, dryer. Parking, cable. Close to everything.
416.265.5879 / 416.854.5871

MORNINGSIDE & SEWELLS
1 bedroom walk-out bsmt for rent. Living room, kitchen, full washroom, parking. Avail. October 01, 04. Close to everything. தொடர்புகளுக்கு: 416.284.6848

PHARMACY & LAWRENCE
2 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance. Cable, parking. Avail. immediately. Also 1 room available- main floor. Close to ttc, school & everything. தொடர்புகளுக்கு:
416. 757.7779 / 416.357.4190

MORNINGSIDE / OLD FINCH
2 bedroom bsmt for rent with all facilities. Sep. entrance. Avail. immediately. Rent negotiable. Close to ttc, school, stores.
தொடர்புகளுக்கு: 416.281.0786

மேலும் பல பக்கங்கள் 21, 22

BASEMENT RENT

NEILSON & SHEPPARD
Rent $775 everything inclu.
2 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance, parking, laundry. Avail. immediately. Close to everything.
416.297.9109 / 416.224.7478

NEILSON & SHEPPARD
1 bedroom bsmt for rent. Sep. entrnace. Avail. immediately. Close to 401, school, 24hrs. ttc,etc.
தொடர்புகளுக்கு: 416.724.1714

WESTMALL & RATHBURN
2 bedroom bsmt apt. for rent. Sep. entrance. Close to school & all amenities.
தொடர்புகளுக்கு: மோகன் 416.580.4894

NEILSON & FINCH (NORTH)
2 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance. Washroom & kitchen. Cable. Avail. immediately. தொடர்புகளுக்கு: 416.569.5319
AFTER 6:00 PM

NEILSON & MCLEVIN
1 bedroom walkout bsmt for rent. Sep. entrance, parking, cable, laundry. Avail. immediately.
தொடர்புகளுக்கு: 416.724.6019

FINCH & TAPSCOTT
1 bedroom bsmt apt. for rent. Sep. entrance, laundry, parking, sun tv, Avail. November 01, 04. Close to ttc, school, stores. 416.412.7137 / 416.271.4095

KENNEDY & ELLESMERE
1 bedroom wallkout bsmt apt. for rent. cable, washer, dryer. Avail. October 01, 04. Behand highland farm. Close to ttc, stores, school, etc.
தொடர்புகளுக்கு: 416.298.0670

HURONTARIO & BURNHAMTHORPE
Close to square one mall. 2 அறைகள் கொண்ட bsmt apt. தளபாடங்களுடன் வாடகைக்கு உண்டு. Sep. entrance. Each room $400. Parking, utilities included. Avail. immediately. Close to all facilities.
தொடர்புகளுக்கு: 905.949.1075

FINCH & MIDDLEFIELD
Newly done 2 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance. Laundry, cable, full washroom, parking. Avail. immediately. Close to TTC, stores, ஐயப்பன் கோவில், etc.
Pl. Call: 416.609.9111

BIRCHMOUNT & ST. CLAIR
1 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance, living room, kitchen, 4 appliance. Parking, cable. Avail. immediately. Non smokers / no pets தொடர்புகளுக்கு: 416.882.4532
416.266.7399

MCCOWAN & STEELES
2 bedroom bsmt apt. for rent. Sep. entrance. Parking, cable. Avail. immediately. Close to ttc, school, stores, ete.
தொடர்புகளுக்கு: 905.294.9094

NEILSON & SHEPPARD
1 bedroom bsmt apt. for rent. Sep. entrance, parking, laundry. Avail. immediately. Non smokers preferred. Close to ttc, school, stores, etc.
தொடர்புகளுக்கு: 416.724.9333

MCCOWAN & DENISON
Newly done1 bedroom bsmt for rent. New appliances. Sep. entrance. Laundry, cable, parking. Avail. immediately. Close to everything. Pl. Call: 905.294.7718

BRIMLEY &LAWRENCE
2 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance. Close to everything. Avail. October 01, 04. Rent negotiable. Pl. call: Arul-
416.288.0250 / 647.831.2943

MARKHAM & SHEPPARD
2 bedroom bsmt & 1 bedroom bsmt for rent. Split level. Sep. entrance. Avail. Immediately. Close to ttc, stores, bus, etc.
தொடர்புகளுக்கு: 416.277.9044

FINCH & TAPSCOTT
2 bedroom bsmt apt. for rent. Sep. entrance, parking, laundry. Close to Hindu temple, mall school, ttc, etc.
தொடர்புகளுக்கு: 647.227.7548

MCCOWAN & STEELES
1 bedroom bsmt for rent. Parking, cable. Close to everything. Avail. October 15, 04.
905.513.1894 / 647.283.1169

NEILSON & MCLEVIN
1 bedroom bsmt for rent. Parking, cable, laundry. Avail. immediately. Non smoker.
தொடர்புகளுக்கு: 416.284.4820

BRIMLEY & STEELES
2 bedroom bsmt for rent. Sep. entrance, parking, cable, laundry. Close to shopping centre, bus, school. தொடர்புகளுக்கு: 905.940.9187 / 416.428.3918

MARKHAM & SHEPPARD
1 bedroom apt. for rent - main floor. Sep. entrance. Close to TTC, stores, etc. Avail. October 01, 04 Call: 416.277.9044

ROOM RENT

MARKHAM & EGLINTON
சகலவசதிகளுடன் கூடிய ஒரு அறை சாப்பாட்டுடன் வாடகைக்கு உண்டு.
416.269.4509 / 416.269.9259

KENNEDY & LAWRENCE
3 அறைகள் கொண்ட Townhouse இல் 1 அறை வாடகைக்கு உண்டு. Sep. washroom. Avail. immediately. பெண்கள் விரும்பத்தக்கது. Close to bus, RT, Stores. Pl. Call: 416.285.6563

BIRCHMOUNT & EGLINTON
Room for rent in a 3 bedroom house. Avail. October 01, 04. Close to ttc, Warden station, store. கந்தசாமி கோயில் மிக அருகில்உண்டு.
தொடர்புகளுக்கு: 416.267.3120

MORNINGSIDE & HWY 401
3 அறைகள் கொண்ட வீட்டில் 1 அறை வாடகைக்கு கொடுக்கப்படும். வாடகை $300. Sep. washroom, parking, laundry. Avail. anytime. Close to U of T, Centennial collége, etc. தொடர்புகளுக்கு:
416.724.1351 / 416.565.6358

SCARBORO. GOLF CLUB & LAWRENCE
3 அறைகள் கொண்ட வீட்டில் ஒரு அறை வாடகைக்கு உண்டு. குறைந்த வாடகை. Parking. Avail. immediately. Close to ttc, stores, school, etc.
தொடர்புகளுக்கு: 416.439.9783
மதியம் 12 மணிக்கு முன்னர் அழைக்கவும்.

HWY 10 & BRISTOL MISSISSAUGA
அறை வாடகைக்கு உண்டு. சாப்பாட்டுடன் $450. சாப்பாடு இல்லாமல் $350. தொடர்புகளுக்கு:
905.502.6196 / 416.294.5380

MARKHAM & SHEPPARD
3 அறைகள் கொண்ட Apartment இல் ஒரு அறை வாடகைக்கு உண்டு. சகல வசதிகளும் உண்டு. விரும்பினால் உணவும் வழங்கப்படும். பெண்கள் விரும்பத்தக்கது. Avail. October 01, 04.
416.609.2638/ 416.999.3413

MARKHAM & SHEPPARD
4 அறைகள் கொண்ட வீட்டில் 1 அறை வாடகைக்கு கொடுக்கப்படும். சகல வசதிகளும் செய்து கொடுக்கப்படும். வேலை பார்க்கும் அல்லது படிக்கும் பெண்கள் விரும்பத்தக்கது. Avail. immediately.
தொடர்புகளுக்கு: 416.438.9121

MARKHAM & LAWRENCE
ON MARKHAM RD.
Master bedroom available on main floor. With sharing kitchen. cable, parking. Close to TTC, school, shopping. Available Immediately. Pl Call: 416.439.4076

MEADOWVALE & SHEPPARD
3 அறைகள் கொண்ட வீட்டில் 1 பெரிய அறை வாடகைக்கு உண்டு. Brand new house. Avail. November 01, 04. Parking.
416.560.9856 / 416.439.1277

BELLAMY & LAWRENCE
Bachelor bsmt for rent. Sep. entrance. Parking, laundry. Avail. immediately.
தொடர்புகளுக்கு: 416.431.4105

BIRCHMOUNT & STEELES.
3 அறைகள் கொண்ட வீட்டில் ஒரு அறை வாடகைக்கு உண்டு. பெண்கள் விரும்பத்தக்கது. Parking. Avail. immediately. Close to everything. தொடர்புகளுக்கு:
905.946.8130/ 416.754.0401

MIDDLEFIELD / DENISON
3 அறைகள் கொண்ட வீட்டில் 1 அறை வாடகைக்கு உண்டு. Sharing kitchen, launndry. Available Immediately. வயதான பெண்கள் விரும்பத்தக்கது.
தொடர்புகளுக்கு: 905.201.5674

BIRCHMOUNT & MCNICOLL
5 அறைகள் கொண்ட வீட்டில் 2 அறைகள் வாடகைக்கு உண்டு. Parking, washroom. Avail. immediately. தனிநபர் விரும்பத்தக்கது. Call: 416.754.0963
416.335.8055

NEILSON & MCLEVIN
One bedroom with attached washroom in a luxury condominum with all facilities & security. Preferably only boys. Avail. immediately.
416.286.0043 / 416.453.3418

MARKHAM & ELSON
4 அறைகள் கொண்ட வீட்டில் 1 அறை வாடகைக்கு உண்டு. Avail. immediately. Close to TTC, stores, school, etc.
905.294.5995/ 416.994.0302

BRAMPTON பகுதியில் அறை வாடகைக்கு உண்டு.
BOVAIRD / MCLAUGLING
Room is available in upper floor. சகல வசதிகளும் உண்டு. Single preferred (தனிநபர் விரும்பத்தக்கது). Parking available. NO smoking & pets. Details Pl. Call: @ 905 - 495 -2743

EGLINTON & DANFORTH
Rooms available. Avail. immediately. Close to everything.
Pl. call: 416.269.2108

NEILSON & MCLEVIN
3 அறைகள் கொண்ட வீட்டில் 1 அறை வாடகைக்கு உண்டு. Parking. Avail. immediately. பெண்கள் மட்டும்.
தொடர்புகளுக்கு: 416.282.7836

NEILSON & SHEPPARD
சகல வசதிகளுடன் கூடிய ஒரு அறை வாடகைக்கு உண்டு. Avail. immediately. Close to TTC, school, mall.
416.335.5242 /416.820.1999

BIRCHMOUNT & FINCH
3 அறைகள் கொண்ட walkout bsmt இல் ஒரு அறை வாடகைக்கு உண்டு. Furnished if needed. Shard kitchen & bathroom. Cable, utilities, laundry inclu. Sep. entrance. Close to ttc, தமிழ் உணவகம் & கடைகள் அருகில் உண்டு. No smoking.
தொடர்புகொள்ளவும்: 416.450.5902

KENNEDY & FINCH
அறைகள் சாப்பாட்டுடன் வாடகைக்கு உண்டு. Parking. With meal. Close to ttc, school, mall, etc. Avail. immediately.
416.495.9775 / CELL: 416.505.7276

எதிர்காலங்களில் நடக்க இருக்கும் நிகழ்வுகள்

1. **தியாக தீபக் கலைமாலை**
ஒக்ரோபர் 02, 04 - உலகத்தமிழர் இயக்க கலை பண்பாட்டுக் கழகம் - 416.335.0622

2. **மின்னல் - 2004**
ஒக்ரோபர் 09, 04 - Hershey Centre
5500 Rose Cherry Place, Mississauga
416.200.7652 / 905.569.6400

3. **புயலாகும் புதுராகம் - 2004**
ஒக்ரோபர் 23, 04 - Sir John A. Macdonald C.I., 5:30 PM, 416.666.7203

4. **தேன் சிந்தும் மாலைப்பொழுது**
ஒக்ரோபர் 23, 24, 04
இசை விழா - 905.471.0609

5. **இசைக்கு ஏது எல்லை**
நவம்பர் 14, மாலை 6:30
இசையரங்கம்-416.398.4760 / 647.999.3353

உங்கள் நிகழ்வுகளை எங்களிற்கு தெரியப்படுத்துவதால் யாவரும் அறிவார்கள்.

WARDEN & SHEPPARD
பகுதியில் ஒரு அறை வாடகைக்கு உண்டு. விரும்பியவர்களுக்கு உணவும் வழங்கப்படும். Close to everything. Call: 416.299.4895

MORNINGSIDE & MILLNER
3 அறைகள் கொண்ட வீட்டில் ஒரு அறை வாடகைக்கு உண்டு. வாகனத்தரிப்பு வசதியும் உண்டு. அத்துடன் 2 அறைகள் கொண்ட bsmt வாடகைக்கு உண்டு. Close to ttc, walmart & everything. PL. call: 416.724.2644

WESTON RD. & HWY 401
4 அறைகள் கொண்ட வீட்டில் 3 அறைகள் வாடகைக்கு உண்டு. வயதானவர்கள்/ பெண்கள்/தாயும் ஒரு பிள்ளையும்/York university students விரும்பத்தக்கது. Non smoker, no pets. Close to TTC, stores, தமிழ் கடைகள் உண்டு. Pl. Call: 416.898.2000

WELLESLEY & PARLIAMENT
பகுதியில் அமைந்துள்ள தொடர்மாடிக் கட்டிடம் ஒன்றில் 2 அறைகள் கொண்ட APT. இல் ஒரு அறை உடனடியாக வாடகைக்கு உண்டு. இருவர் சேர்ந்திருக்கலாம்.
Contact: 416.826.6015

KIPLING & FINCH
2 அறைகள் கொண்ட bsmt இல் 1 அறை வாடகைக்கு உண்டு. Sep. entrance, parking, cable, laundry. Non smoker preferred. Rent $450.00. Close to all amenities.
தொடர்புகளுக்கு: 416.740.1233

MCCOWAN & STEELES
One Room for rent. Parking. Avail. immediately. Close to ttc, mall, stores.
905.201.0363 / 416.570.0673

MORNINGSIDE / LAWRENCE
சக வசதிகளுடன் கூடிய தனி வீடு ஒன்றில் BSMT அறை ஒன்று வாடகைக்கு உண்டு. தேவையெனில் உணவு கொடுக்கப்படும். சிறிய குடும்பம் விரும்பத்தக்கது. Close to all amenities. Call: 416.284.5018

NEILSON & FINCH (WINGARDEN)
4 அறைகள் கொண்ட வீட்டில் 2 அறைகள் உணவுடன் வாடகைக்கு உண்டு. பெண்கள் விரும்பத்தக்கது. Avail. immediately. Close to TTC, mall, school, etc.
416.297.4100 / 416.875.3938

CONDO. ROOM FOR RENT

NEILSON & MCLEVIN
Room for rent in a Condo. Avail. immediately. Close to ttc, mall, school, stores. Couple / ladies preferred. தொடர்புகளுக்கு:
416.284.9358 / 416.286.6109

வீடு, அறை, BASEMENT வாடகை / விற்பனை விளம்பரங்களை ஐந்து நாட்களுக்கு முன்பாகத் தரவும்.

மேலும் பல பக்கங்கள் 20, 22

CONDO. FOR RENT

LAWRENCE & CALEDONIA
NORTHYORK 2 bedroom condo. apt. for rent. Parking. Avail. October 01, 04 Close to mall, bus, etc.
தொடர்புகளுக்கு: 416.752.2738

MIDLAND & EGLINTON
2 bedroom luxury condo. for rent. 2 washrooms (1 washroom jacuzzi). Laundry, parking. Avail. October 01, 04
Contact: 416.755.0076 after 4:00pm
416.843.5395

KENNEDY & ELLESMERE
2 bedroom apt. for rent. Parking, air condition, cable. Rent $900. Close to ttc, subway, stores, school. Avail. November 01, 04. தொடர்புகளுக்கு: 905.471.2954

HOUSE FOR RENT

MARKHAM & LAWRENCE
சந்திப்புக்கு அருகாமையில் அமைந்திருக்கும் 3 அறைகளுடன் கூடிய வீடு (main floor) ஒக்டோபர் மாதத்தில் இருந்து வாடகைக்கு உண்டு. தமிழ் கடைகள், பேருந்து வசதி, நெடுஞ்சாலை மற்றும் Cederbrea mall ஆகியன அருகில் உண்டு. மாணவர்கள், தனிநபர் வசதிக்காக தனித்தனியாகவும் அறைகள் கொடுக்கப்படும்.
விவரங்களுக்கு:- 416.438.8216

MAVIS & BURNHAMTHORPE
4 bedroom house for rent . Upstairs- 3 washrooms. 2 bedroom bsmt with sep. entrance. முழு வீடாகவோ அல்லது bsmt தனியாகவோ வாடகைக்கு கொடுக்கப்படும். Avail. October 01, 04. Close to ttc, square one mall, etc. PL. CALL: 905.502.6182

MEADOWVALE & ELLESMERE
MORRISH
Beautiful 2 Bedroom bungalow house for rent - main floor. Quiet neighborhood. Hardwood floor, country style kitchen, big backyard. More than 2 Parking. Close to TTC, school, U of T, go train, hwy 401, shopping. No pets. Rent $1200 utilities inclu. Avail. November 01, 04.
416.666.5205/ 416.282.9753

NEILSON & MCLEVIN
4 bedroom house for rent - main floor. 2 washrooms, 4 parking. Avail. November 01, 04. Close to ttc, school, mall, etc.
416.724.7603 / 416.321.5638

NEILSON & SHEPPARD
4 bedroom house for rent - Main floor. 2 washrooms, parking. Avail. immediately. Close to schools, ttc, mall, all facilities.
தொடர்புகளுக்கு: 416.618.3518

MARKHAM & BRIMORTON DR.
(ELLESMERE) Newly renovated bedroom bungalow house for rent. Main floor. Avail. Immediately. Close to bus stop, school, bank, shopping centre.
தொடர்புகளுக்கு: 416.289.6977

CELL PHONE STORE FOR SALE

KIPLING & STEELES
Intrerested Parties Please leave the Name and the phone number.
Phone # : 416-740-5292

JOB JOB JOB

ஸ்காபரோவில் அமைந்துள்ள உணவகம் ஒன்றில் தொழில் செய்ய ஒருவர் தேவை.
அழையுங்கள் : 416.269.4509

CAR FOR SALE

1997 Acura 1.6. 4 door, red colour, fully loaded excellent condition, one owner.
416.286.0043 /416.453.3418

ROOM SHARING

WESTON & FINCH சந்திப்புக்கு அருகாள் 2 அறைகள் கொண்ட Apt. இல் ஒரு அறை வாடகைக்கு உண்டு. இளைஞர் விரும்பத்தக்கது. Avail. October 01, 04. Close to everything. தொடர்புகளுக்கு:
416.740.1408 / 416.518.2742

PRIVATE SALE

Neilson & Passmore
Brandnew 4 bedroom townhouse for private sale. End unit. 1900 sqft, hardwood floor, Acorn builder. Ready to move-in. Price $290,000. Pl. Call: 416.291.3997

மணமகள் தேவை

யாழ்ப்பாணத்தைப் பிறப்பிடமாகக் கொண்ட தற்போது கனடிய பிரஜா வுரிமை பெற்ற நல்ல தொழிலில் இருக்கும் 30 வயதுடைய மண மகனிற்கு பெற்றோர் நற்பண்புள்ள பெண்ணைத் தேடுகின்றனர்.
416.817.4841
514.748.1834

மணமகள் தேவை

44 வயது உதயத்துச் செவ்வாய் குற்ற முடைய கனடாவில் வசிக்கும் மணமகனுக்கு மணமகள் தேவை. மேலதிக தொடர்புகளுக்கு: மனோ - 905.728.7096

DENTAL RECEPTIONIST VACANCY

Tamil, minimum 1 year experience in dental reception. Assisting experience is an asset. Mail your resume to:
J.M. Inc
21 Bowan court
North York, Ont. M2K 3A8

பிள்ளை பராமரிப்பு

VICTORIAPARK & FINCH
சந்திப்பிற்கு அருகில் 3 வயதுக்கு உட்பட்ட பிள்ளைகளை வீட்டிலிருந்து பராமரிக்க அழையுங்கள்
416.494.5259

CHILD CARE

Child care at home near Finch & Brimley. More information Pl. call:
416.335.0093

PRAYER TO ST. JUDE & HOLY SPIRIT

May the Sacred heart of Jesus be adored, loved and preserved throughout the world now and forever. O Sacred Heart of Jesus, Pray for us. Helper of the Hopeless, Pray for us. Say this prayer 9 times a day and by the eighth day, your prayer will be answered. It has never been known to fail. Publication must be promised.

வீடு, அறை, BASEMENT வாடகை / விற்பனை விளம்பரங்களை ஐந்து நாட்களுக்கு முன்பாகத் தரவும்.

மேலும் பல பக்கங்கள் 20, 21

STORE FOR SALE

SCARBOROUGH பகுதியில் அமைந்துள்ள நல்ல நிலையில் இயங்கிக் கொண்டிருக்கும் இலாபம் ஈட்டக்கூடிய கடை விற்பனைக்கு உண்டு. Textiles, Fancy Items, Decorating Goods, Movie Rental போன்றவை வியாபாரம் செய்யக்கூடிய இடம்.

அழையுங்கள்:
416.726.6666
416.737.8880

CERAMIC TILES

Ceramic Tile	-	0.99¢	Hardwood	-	$3.99
Laminate	-	0 .99¢	Vinyl	-	0.99¢
Carpets	-	$1.69 (Installed)			

Pl. Call: Shaji- 416.356.6500
IDEAL TILE & CARPETS

Job : வேலை : Job : வேலை : Job : வேலை :

முழு நேரமாகவோ,
பகுதி நேரமாகவோ வேலை செய்வதற்கு
கார் வசதியுடன் உள்ள
சிறந்த Customer Service & Marketing
அனுபவமுள்ளவர்கள் தேவை.

Call : (416) 438-4743 or Fax Resume to : (416) 438 1224

ROYAL FLOORING SALES & SERVICES

Hardwood	$3.79	Installation	1.89s.f
Carpet	0.99¢	Installation	0.59s.f
Clic Laminate 8mm	$1.49	Installation	1.79s.f
Clic Laminate 7mm	$1.29	Installation	1.79s.f
Vinyl	0.99¢	Installation	1.49s.f
Ceramictile	0.99¢	Installation	2.99s.f

We do complete renovation

Call:Alex-416.627.3612 / 905.696.8557
7025 Tomken Road, Mississauga (Tomken & Derry)

OPEN HOUSE

$374,999*

October 2nd & 3rd
10 am to 10 pm
7 Everestt St. (Mccowan & 16th Ave.)
2225 sq.ft. 2 story, 4 bedrooms, 3 washrooms, Garage Close to ttc, Markham Rd. & Mccowan Rd 1 min. walk to Wishmer Elementary School. *Uthayan Thilainathan* @
416.289.7669 / cell: 647.2727145

* Open House Sale Price

HOUSE FOR SALE BY OWNER

86 Trumpeter St., SHEPPARD & MORNINGSIDE

$347,999

Closing December 15, 2004
•2 story •4 bedrooms
•3 washrooms •double garage
Close to ttc, Front door upgraded to double door.
Uthayan Thilainathan @ 416.289.7669
Cell: 647.272.7145

HOUSE FOR SALE

SHEPPARD & MEADOWVALE
3 bedroom house for sale by owner. over 1700sq.ft. 3 washroom. Sep. entrance to basement. Lot of up grades. Best quality 5 appliance. Never live. You can move in October 2004. Asking $289,000.
Pl. Call: 416.704.1179

LEGENDS

AT TAM O'SHANTER

@

KENNEDY & SHEPPARD

TRIDEL PROJECT

HOMELIFE HIGHER STANDARDS

GTA Realty Inc.

HOMELIFE HIGHER STANDARDS

GTA Realty Inc.

Open House
on
Tuesday Oct,05, 2004
From 1:30pm TO 4:30pm

Price Start From $159,900.

Homelife/GTA Realty Inc.

Please Call @ 416 321 6969

AIR LINK TRAVEL LTD.

5200 FINCH AVE. E., SCARBOROUGH, ON., FINCH & MIDDLEFIELD

TEL: 416.292.6200 FAX: 416.292.7478

JENNY AUTO SALES INC.

(Kennedy & Steeles)

2001	Toyota Camry 100k	100k	12,995.00
2003	Toyota Sienna	40k	22,000.00
2003	Honda Accord	46k	18,900.00
2002	Honda CRV	38K Brown	21,995.00
2000	Honda Odyssey	Van	17,995.00
2000	Chevrolet Venture	100k	7,995.00
2000	Acura 1.6 EL	100K	10,500.00
1998	Acura 1.6 EL	145K	8,995.00
1999	Toyota Corolla VE	80K	8,995.00
1992	Honda Accord	178	3,995.00
1997	Toyota corolla	96K	6,995.00
1993	Toyota Corolla	170K	3,495.00
1993	Toyota Paseo		2,500.00
2000	Nissan Pathfinder	78K	18,900.00
1996	Dodge Caravan		4,500.00

இன்னும் பல நல்ல வாகனங்கள் எம்மிடம் உள்ளன. We do vehicle appraisals

Anton: (416) 629-2505 Rajah: (905) 470-0048

Office: 4440 Steeles Ave., East, Markham, ON, L3R 0L4

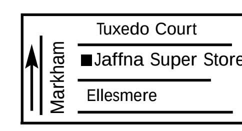
JAFFNA SUPER STORE

உங்களுக்குத் தேவையான அனைத்து இலங்கை, இந்தியா தானிய வகைகள், உடன் மரக்கறி வகைகள், இறைச்சி வகைகள், கடலுணவு வகைகள், மற்றும் யாழ்ப்பாணத்திலிருந்து இறக்குமதி செய்யப்பட்ட பொருட்கள் யாவற்றையும் மலிவு விலையில் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

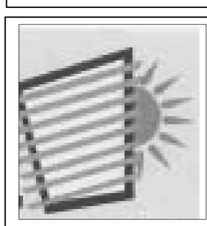
ஜவ்னா சுப்பர் ஸ்ரோஸ்

416-289-8812

1221 Markham Rd., #14
(Markham / Ellesemere)
குவாலிற்றி பேக்கரிக்கு அருகாமையில்



YARL WINDOW



BLINDS & DRAPERY

BLINDS DRAPERIES AND SHUTTERS

- Venetian Blinds
- Vertical Blinds
- Roller Shades
- Pleated Shades
- Cellular Shades

FREE ESTIMATE

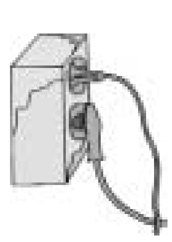
உங்கள் எண்ணம் போல் வண்ண, வண்ணத் திரைச் சேலைகளுக்கு இன்றே அழையுங்கள்

விபரங்களுக்கு: என். செல்வம்

416.332.8482 / 416.419.9247 / 905.201.7733

5210 Finch Ave., E. Unit #3 (Middlefield & Finch) Scarborough, ON

ELECTRICAL WORKS



FRIDGE, WASHER, DRYER போன்ற மின் உபகரண திருத்த வேலைகள் செய்து கொடுக்கப்படும். நியாயமான கட்டணம். தரமான சேவை. வாடிக்கையாளர்களின் நன்மதிப்பீடு.

தொடர்புகளிற்கு: ஈசன் 416-286-2880

ஞானம்ஸ் ஸ்ரூடியோ

Introducing 1 Hour Photo Lab: 3x5 & 8 x 12
Professional Photographer - கதிர்

416 - 750 - 8118

2381 Eglinton Ave., E.,
Kennedy / Eglinton, Scarborough

LARGE INDOOR PUBLIC CAR AUCTION

EVERY WEDNESDAYS EVENING
STARTING AT 7:00 PM - VIEWING FROM 9:00 AM

100+ VEHICLES ON DISPLAY INDOORS

INCLUDE MANY LATE MODEL

- G.M.
- FORD
- CHRYSLER
- HONDA
- NISSAN
- TOYOTA
- V.W., & OTHER FOREIGN & DOMESTIC VEHICLES

BANK REPOSSESSIONS, BAILIFF SEIZURES, BANKRUPTCIES, OFF LEASE VEHICLES, CONSIGNMENTS ETC.

WEEKLY CASH BUYERS DRAWS OPEN
MONDAY - FRIDAY 9:00 AM TO 6:00PM

FOR VIEWING: SATURDAY 10:00 AM TO 4:00 PM

CIA PUBLIC AUTO AUCTION & SALES

416 - 242 - 5052

www.cialeasing.com

1032 MARTIN GROVE ROAD, ETOBICOKE, ON.