

நமது

நமது நாமுநாடு

தமிழர் தாயகத்தின் முன்னோடி நாளிதழ்

மலர்:03 திருவள்ளுவர் ஆண்டு: 2036 சித்திரை- 16 மூல் நாள் ஹிஜ்ரி 1428 ற-அவ்வெல் 19 [29.04.2005] வெள்ளிக்கீழமை திட்டம்:212

சீரியதோ, பெரியதோ, எந்த அளவுகளிலான பொதிகள், கடிதங்களை எந்த நாட்டிற்கும் எந்தநேரமும் FedEx Express

துரிதமாகவும் குறைந்த கட்டணத்தில் அனுப்பிட திருமுருகன் கொம் மெற்

259, கே.கே.எஸ் ஜெட், பாந்திராஸ்ஸம், 46, அதியாதாம் வீதி, திருநெல்வேலி, மாநிலப்பகுதி (பால்காக்கு, கீ.ஏ.ஆர்தூர்க்கு)

(Opposite All Ceylon Distributors) Tel - 021 222 7560 Fax - 021 222 7336

பிரபல பத்திரிகையாளர் டி.சிவராம் பம்பலப்பிடியில் கடத்தப்படார்!

'இன்ரார் கூலர்' வாகனத்தில் வந்தோர் கைவரிசை

(கொழும்பு)

பிரபல ரீராஜூவு - அரசியல் ஆய்வாளரான டி.சிவராம் நேற்றிரவு கொழும்பு நகரில் வைத்து இன்தெரியாத நபர்களால் கடத்திச் செல்லப்பட்டார்.

நேற்றிரவு 10.30 மணியளவில் பம்பலப்பிடிப் பொலிஸ் நிலையத்துக்கு அருகில் இந்தச் சம்பவம் கீடப்பெற்றது. தனது நண்பரான பத்திரிகையாளர் குசல் பெரேரா என்பவருடன் நின்று

கொண்டிருந்தபோதே - கறுப்புக் கண்ணாடிகள் பொருத்தப்பட்ட வெள்ளளநிற இன்ரக்கலர் வாகனத்தில் வந்த இன்தெரியாத நபர்கள் வீவரை கடத்திச் சென்றனர்.

இந்தத் தகவலை அவரது நண்பரான குசல் பெரேரா உறுதிப் படுத்தியுள்ள அதேவேளை - பொலிஸாரும் இந்தத் தகவலை ஊர்ஜிதம் செய்தனர்.

பிரபல பத்திரிகையாளரான துர்மாத்தினம் (12 மூட்பக்கம் பார்க்க)



தேசியத் தலைவரின் மதிநுட்பம் வாய்ந்த போரியல் தீட்டமே ஆனையிறவுத் தளத்தை வீழ்த்தியது!

வடமுனைக் கட்டளைத் தளபதி கேணல் தீபன் தெரிவிப்பு

(கீளிநாச்சி)

தமிழ்முத் தேசியத் தலைவரின் மதிநுட்பம் வாய்ந்த போரியல் தீட்டத் தன் மூலமாக - பலம் பொருந்திய ஆனையிறவு படைத்தளம் தமிழ்மீது விடுதலைப் புலிகளால் வெற்றிகொள் எப்பட்டதென வடமுனைக் கட்டளைத் தளபதி கேணல் தீபன் தெரிவித்தார்.

ஆனையிறவு மீட்டு, தீச்சுவாலை மாற்றங்கள் நிகழ்ந்தன.

5 ஆண்டு வெற்றிவிழா நிகழ்வின் இறுதிநாள் நிகழ்வில் கலந்துகொண்டு பேசும்போதே அவர் விவ்வாரு தெரி வித்தார்.

அவர் அங்கு மேலும் கூறுகையில் -

ஆனையிறவு படைத்தளத்தின் வீழ்ச்சியானது அரசு படைகளுக்கு மனோதீயாக பெரும் பாதிப்பை ஏற்படுத்தியது. ஏனெனில், மிகவும் உச்சக

கட்டப் பாதுகாப்போடு இருந்த ஒரு பெரும் படைத்தளம் என்பதோடு, பல ஆண்டுகளாக கேந்திர முக்கியத்துவம் வாய்ந்த ஒரு தளத்தை, தமிழ்மீது விடுதலைப் புலிகள் வீழ்த்தியது அரசு படைகளுக்கு பெரும் நெருக்கத்தை உருவாக்கியுள்ளன. அந்துடன் விடுதலைப் புலிகளை இராணுவ ரீதியில் தோற்கடிக்க முடியாது என்பதையும் படை

(12 மூட்பக்கம் பார்க்க)

ஆனையிறவு மீட்டடநூல் பின்னரே பல அரசியல் மாற்றங்கள் நிகழ்ந்தன! வெற்றிவிழா நிகழ்வில் தமிழினி

(கீளிநாச்சி)

தமிழ்மீது விடுதலைப் போராட்ட வரலாற்றில் ஆனையிறவு படைத்தளம் தமிழ்மீது விடுதலைப் புலிகளிடம் வீழ்ச்சிகள்கூட பின்னரே - அரசியல் மாற்றங்கள் பல நிகழ்ந்தேற்றன என தமிழ்மீது அரசியற்துறை மகளிர் பொறுப்பாளர் தமிழினி தெரிவித்தார்.

நேற்றுக் காலை 10 மணியளவில் ஆனையிறவில் நடைபெற்ற ஆனையிறவு மீட்டு, தீச்சுவாலை முறியடிப் பூக்கியறித்தின் 5 மூல் ஆண்டு வெற்றி விழாவின் இறுதி நாள் நிகழ்வில் கலந்துகொண்டு சிறப்புறையாற்றும்போதே அவர் விவ்வாரு தெரிவித்தார்.

அவர் மேலும் தெரிவிக்கையில் -

ஆனையிறவு ஒரு இடத்தின் பெயர். ஆனால், ஒரு வரலாற்றின் பெயராக மாற்றியுள்ளது. ஆனையிறவு ஒரு கால அளவையாகும். வரண்ட, உபடுக்கரிக்கின்ற, எந்த பெரும் மரங்களும் இல்லாத வெறும் நிலம். ஆனால், சாதாரண நிலத்தின் அடியில் 3000 உயரிகள் கலந்திருக்கின்றன. (12 மூட்பக்கம் பார்க்க)



நுழைப்பு ஆகம வெற்றுச் சமாகலன்

படுத்தியது. ஏனோலை, மகவும் உசக்கு

(12 ஆம் பக்கம் பார்க்க)



நலத்தின் அடியில் 3000 உயிர்கள் கலந்திருக்கின்றன. (12 ஆம் பக்கம் பார்க்க)

படையினரின் அராஜகப் போக்கை கண்டித்து முதூரில் ஆர்ப்பாட்டம்!

(திருகோணமலை)

திருகோணமலை - முதூர் பிரதேசத்தில் இராணுவத்தினரின் அராஜகப் போக்கைக் கண்டித்தும், அரசாங்கம் அதற்கு உடந்தையாக இருப்பதைக் கண்டித்தும் மாபெரும் கண்டனப் பேரணி ஒன்று நேர்று நடைபெற்றது.

முதூர் கிழக்குப் பகுதியிலிருந்து ஆரம்பித்த பேரணி - தமக்கு உணவுப் பொருட்கள், உபஉணவுப்பொருட்கள்

எனவெற்றைக் கொண்டு செல்வதற்கு இராணுவம் தடைவிதித்துள்ளது. இந்தத் தடை உடனடியாக நீக்கப்படவேண்டும். சமாதானத்தை சீர்க்கலைக்கும் இவ்வாறான நடவடிக்கை மேற்கொள்ளப்படுமானால் மக்கள் தமது போராட்டங்களை தீவிரப்படுத்த வேண்டும் ஏற்படும் எனவும் தெரிவித்து - இராணுவ முகாம் வரை தமது போராட்டத்தை நடத்தினர். (12 ஆம் பக்கம் பார்க்க)

மட்டக்களப்பில் சுட்டுக்கொலை!

மட்டக்களப்பு - கல்லூரியிலிருந்து நேர்று மாண்பை 5.45 மணியில்லை. பி.பி.ஆர்.எல்.எவ். வரதர் அணியைச் சேர்ந்த சின்னாமதன் என அழைக்கப்படும் முருகேசு வற்றாஜா (வயது 40) என்பவர் இனநிதெரியாத ஆயுதாணி களால் சுட்டுக்கொல்லப்பட்டார்.

சனாமி அனார்த்தத்தின் பின்னர் சிப்பெயர்ந்துமக்கள் தாங்கியுள்ளனர் சந்தைப்படுத்தும் சபைக் கட்டாத்தில் (12 ஆம் பக்கம் பார்க்க)

உதவிகளைச் சமமாகப் பகிர பொதுக்கட்டமைப்பு அவசியம்!

ஜனாதிபதியின் ஆலோசகர் தீத்தவெலை

(கொழும்பு)

சுனாமி அனார்த்தத்தின் பின்னர் கலஞ்கான உதவிகளை சமமாகப் பகிரவும், மீன்கட்டுமானம் பணிகளை மேற்கொள்ளவும் பொதுக்கட்டமைப்பு உருவாக்கப்படுவது அவசியமான

தன - ஜனாதிபதி சந்தீர்காவின் பொருளாதார ஆலோசகரும், மீன் கட்டுமான செயலணிக் குழுவின் தலைவருமான மனோ தீத்தவெலை தெரிவித்துள்ளார்.

(12 ஆம் பக்கம் பார்க்க)

31 நாள் - 2005

கனிழ்ச் செசியர்த்தின் எழுச்சிக்குரலாக இருங்கிணைவோ! அனிதிரவோ!

வர்த்தகர் சங்கம்
மாணிப்பாய் பிரதேசம்.



கால்பால் - ஸாவுக்குதி தாஸ்



தாய்ப்பால் போன்ற மிகச் சிறந்த சுதானம் வேறு எதிலும் இல்லை என்பது மருத்துவ வல்லுநர்களின் கூற்றாகும். தமது அழகு குறைந்து விடும் என்று சில

பாலுட்டும் தாய்மார்கள் தவறாகக் கருதிக் கொண்டு, பால் கொடுப்பதைத் தவிர்க்கின் றனர். இன்னும் சில தாய்மார்கள் வேலை, அது தீவுவன்றும் தாய்ப்பால் கொடுப்பதைத் தவறவிட்டு விடுகிறார்கள். தாய்ப்பாலில் மிகக்கபான விட்டமின்களும், சத்துக்களும் இருக்கின்றன.

இயற்கையாகவே தாய்ப்பால் நோய் ஏதிர்ப்பு சக்தி கொண்டது. ஆகையால், குழந்தை பிரசவித்த தாய்மார்கள் தம் குழந்தைக்குத் தாய்ப்பால் கொடுப்பதில் ஏற்படும் நன்மைகளைக் கருத்திற் கொண்டு,

புடிப்பாலில் குறைவாக இருப்பதால், மசைக்கிக்கல், வயிற்றோட்டம், வயிற்றுக் கோளாறு, சளித்தொட்டலை போன்ற நோய்த் தாக்கத்துக்குக் குழந்தைகள் உள்ளனர்கள்.

சற்றுபோதித்தால் குழந்தை முக்கியமான ஒரு உறவை மிழந்து விடுகிறது. அது என்னவெனில், தாய் தன் குழந்தைக்குப் பலுட்டும்போது தனது மார் போடு அணைத்துத் தனது அன்பைப் பொழிவாள். அத்துடன் குழந்தை சுகமான தூக்கத்தையும் பெற்றுக் கொள்

வேலை செய்யும்

**எண்களுக்கு
ஏற்றும்
இரசிசிலைதல்**



ஞம்.

தாய்ப்பாலைக் கட்டாயமாக ஆறு மாதங்களுக்காவது கொடுக்கவேண்டும். தாய் குழந்தைக்குப் பலுட்டும் முன்பே நல்ல சத்துள்ள ஆகாரத்தையும், பானங்களை யும் உட்கொள்ளவேண்டும்.

இதனால் குழந்தைகளுக்குப் போது மான தாய்ப்பால் உடனடியாகவே சுரக்கும். குழந்தைக்குச் செலவழிக்கும் புடிப்பாலுக் கான செலவைத் தாய் - தனது உடல் ஆரோக்கியத்துக்கான உணவைத் தேர்ந்தெடுத்து உண்ணும்போது, குழந்தை மாத்திரமல்ல, தாயும் எந்த விதமான நோய்த் தாக்கங்களுமின்றித் தன்னைப் பாதுகாத்துக் கொள்ளலாம். அநேகமான பாலாட்டும் தாய்மார்கள் போதியளவு தண்ணீர் குடிப்பதில்லை. தண்ணீரைத் தாராளமாகக் குடிப்பதால், குழந்தைக்குப் போதியளவு நீர் தாய்ப்பாலாடாகக் கிடைக்கும். இதனால் குழந்தை - எந்தவிதமான பிரதொல்லை களுமின்றி, உடலுக்குத் தேவையான நீரைப் பெற்று, ஆரோக்கியமான பிள்ளையாக வளர்முடியும்.

பிள்ளைகளின் ஆரோக்கியமானவள் ச்சியின் அத்திவாரமே பாலாட்டும் தாய்மாரின் கையில்தான் தங்கியுள்ளது.

ஏதிலைட்டாற்றிடந்தனி விவரம்

ஆதிலைட்டமி சிவகுமார்

(சென்றவாரத் தொடர்ச்சி...)

அபு சிரியர் குறிப்பிடத்தோல், இளந் தலைமுறையினரிடம் இந்தக் கருத்துக்கை

கொண்ட பெண்பற்றிய பழங்கள் - புரையோடி ஒரு சமூகப்புற்று நோயாய் விரவி விட்டன. இதன் வலிக்கையே இப்போது நாங்கள் அனுபவித்துக்கொண்டிருக்கிறோம். எனினும் - கால் நூற்றாண்டுக்கோ, அதற்கு முந்தேயோ இருந்த சமூகத்தின் வரம்புகளை விருந்து சுற்று விடுபட்டு, எமது இந் தக்கால சமூகம் விரிவுபெற்றிருக்கிறது. இருந்தும் கூட இதை முற்றுமுழுதான மாற்ற மாகக் கருதிக்கொள்ள முடியாது. நூறு பெண் களில் இருபது பெண்கள் தமது அகவிடு தலையில் அவாவி நிற்றல் மட்டும் போதாது.

பெண்கள் பற்றிய கருத்துக்கைத்தைப் பெண்களை மாற்றங்களைக் கொள்ள செய்யுகிறோம். புதிய கருத்துக்கைத்தைப் பட்டக்கவேண்டும். பெரும்பாலும் பெண்கள் தங்கள் மன உலகங்களுக்குள்ளேயே அடிமைப்பட்டு விடுவதைக் கார்த்திரோம்.

'சிறுமை கண்டு பொங்குவாய் வா வா வா' என்று பாரதி அழைப்பு விடுத்தார். சிறுமைகளை, அந்திகளைக் கண்டு பொங்கக் கூடியவர்களாக பெண்கள் இருக்க வேண்டும். அந்திகளுக்கு எதிராகக் கீர்த்தெழு கீர்போது - அந்தியிலிப்புக்களை இனாக்கண்டு - அந்தியை இல்லாதொழிக்க முடியும். பாறுமைக்கு இலக்கணமாகப் புகுப் பாடுபோது, பல பெண்கள் தமது சுயத்தை மூந்துவிடுவார்கள். இதனால் விவர்கள் பல அந்திகளைக் கண்ணுறுப்பிற்கிறபோதும் பாறுமையாகவே இருந்துவிடுகிறார்கள்.

இப்போது எம்குகு காலமாற்றம் அவசியமாகிறது. காலத்தின் தேவையிக்கப்பாரியது, பெண்கள் காலத்தை வெல்பவர்களாக வழாப்பேண்டிய தருணம் இது. எமது தற்போதைய சமூகத்தில் பெண் தன்னை எல்லாவகையிலும் முன்னேற்றிக்கொள்க்கூடிய வாய்ப்புகள் இருக்கின்றன. பெண்கள் விழிப்புணர்வு பெற்று, தேச விடுதலையிலும் பங்களிக்க வேண்டிய மிகப்பெரும் பொறுப்பு இருக்கிறது.

இந்தச் சூழ்நிலையில் மாயைகளில் மயங்கி, சீரழியாது பெண்கள் தம்மைத் தாமே நிலை நிறுத்திக்கொள்ளவேண்டும். விடையின்றும், கருமலை என்றும் தம்மைத் தாமே சிறுமைப்படுத்திக்கொள்கூடாது.

இன்று எங்குமே ஆணுக்குப் பெண் சரி நிருவாக வேலை செய்தாலும், சம்பள விடயத் தீவிடமட்டும் பாரியதோரு ஏற்றதாழ்வு இருப்பது நியாயமற்ற விடயம் ஆகும். - அடி -

மாற்றத்தை ஏற்படுத்தவேண்டும். இதே வேலை இன்னுமாரு விடயத்தைக் கவனத்தைக்கூடுதலானோர் புறநிலை மாற்றங்களிலேயே அதிக நாட்டு முள்ளவர்களாகக் காணப்படுகின்றனர்.

முடி அலங்காரம், முக அலங்காரம், உடையலங்காரம் எல்லாவற்றிலும் செயற்கைத்தனமான முறையில் ஈடுபோடு காட்டு

காலமாற்றம் அமைக்க வேண்டும். சிறுமைகளைக் கொடுத்து வேண்டும். மீண்டும் சிறுமைகளைக் கொடுத்து வேண்டும். அதே நிலை நிறுத்திக்கொள்ளவேண்டும். விடையின்றும், கருமலை என்றும் தம்மைத் தாமே சிறுமைப்படுத்திக்கொள்கூடாது.

