

அல்ல!

"சபாஷி! சரியான போட்டி!"  
வடக்கு மாகாண முதலமைச் சருக்கும் எதிர்க்கட்சித் தலை வருக்கும் இடையிலான அரசியல் மோதலைப் பார்க்கும்போது இந்த வசனம்தான் நினைவுக்கு வருகின்றது.

அரசியல் மோதலில் அவர்கள் கையாளும் பக்கம் 03 »»



# காலைக்கந்தி

KalaiKkathir

விழயல் 02

வள்ளுவர் ஆண்டு 2049

ஆடி 17 வியாழக்கிழமை 02.08.2018

கதீர் 26

# கோட்டையை விடும்!

யாழ். வந்த ராணுவத் தளபதி திட்டவட்டம்

- எஸ்.நிதர்ஷன் -

யாழ்ப்பானைக் கோட்டை ரொஞ்சுவத் தினநக்கே சொந்தமானது. கோட்டைக் குள் கெந்து ரொஞ்சுவத்தை எவ்ரானும் வளரியேற்ற முடியாது.

- ஓவ்வாறு நேற்று யாழ்ப்பானைத்தில் கைத்துத் திட்டவட்டமாகத் தொவித்தார் ரொஞ்சுவத் தளபதி வெள்ளின்ட ஜனரல் மகேவு சேனாயக்க.

பக்கம் 06 »»



வாளிவெட்டுக் குழுவினர் சுரசாஸ்வயில் துட்டகாசம்



யாழ்ப்பானை, ஒக.02

சுரசாஸல் தெற்குப் பகுதியில் வாளிகளுடன் நுழைந்த குழுவினர் வீடொன்றில் அட்டகாசத்தில் சட்டுப்படுள்ளனர்.

நேற்று முன் தீண்ம் செவ்வாய்க்கிழமை இரவு 11.30 மணியளவில் இந்தச் சம்பவம் இடம்பெற்றுள்ளது.

சுரசாஸல் தெற்குப் பகுதியில் பக்கம் 14 »»

யாழில் வண்முறைகளைத் தடுக்க விசேட மோ.சைக்கிள் படையணி பல இடங்களிலும் களமிறக்கம்

யாழ்ப்பானை, ஒக.02

யாழ்ப்பானைத்தில் அதிகாரித்துவரும் வண்முறைகளைக் கட்டுப்படுத்தும் வகையில் விசேட மோட்டார் சைக்கிள் படையணி களமிறக்கப் பக்கம் 14 »»

**மாகாணத் தேர்தல்: நேற்றும் முடிவில்லை!**

மீண்டும் அடுத்த வியாழன் காலி முழுவு

கொழும்பு, ஒக.02

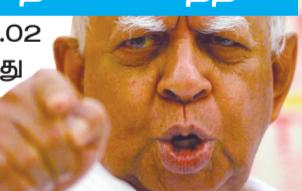
நடைபெற வேண்டிய மாகாண சபைத் தேர்தல் களை எந்த முறையின்

கீழ் முன்னெடுப்பது என்பது குறித்து ஆராய்வதற்காக நேற்று மீண்டும் காலி முழுவு பக்கம் 14 »»

**எதிர்க்கட்சித் தலைவர் யதவி கோரகட்டு எதிரணிக்கு உரித்து கில்லை அவர்கள் அரசின் பங்காளிகள் என்கிறார் சம்பந்தம்**

கொழும்பு, ஒக.02

எதிர்க்கட்சித் தலைவர் பதவியைக் கோருவதற்கான உரித்து கூட்டு எதிரணிக்கு இல்லை. அரசில் அமைச்சர்களாக அங்கம் வகித்துக் கொண்டு அதே கட்சியைச் சேர்ந்த வர்கள் உத்தியோகப்பட்டுவர எதிர்க்கட்சியாக இருக்க முடியாது. இதனால்தான் வகையிலேயே பக்கம் 14 »»



**ஜனாதீபதி செயலரை பற்றி எமக்கு எதுவுமே தொடியாது கைவிரிக்கிறார் சுமந்தீரன்**

கொழும்பு, ஒக.02

வடக்கு-கீழக்கு அபிவிருத்தி தொடர்பான ஜனாதீபதி விசேடசெயலாளியின் சந்திப்பு குறித்து தமிழ்த் தேசியக் கூட்டமைப்பினருக்கு எந்த அழைப்பும் விடுக்கப்படவில்லை. இந்தச் செயலரை என்ன செய்யப் போகின்றது என்பது குறித்தும் எமக்கு ஒன்றுமே தெரியாது என தமிழ்த் தேசியக் கூட்டமைப்பின் பக்கம் 14 »»

**மாகாண சபையை நடத்த வழுவற்ற முதல்வர் வடக்கில் வண்முறையை ஸ்பஷ் அடக்குவார்?**

**கேள்வி எழுப்புகிறார் தவராசா**

யாழ்ப்பானை, ஒக.02

மாகாண சபைக்கு உள்ள அதிகாரங்களைச் சரிவரச் செயற்படுத்த ஏற்ததாழ ஜந்து வருடங்களாக முடியாத முதலமைச் சர் இரண்டு மாதங்களில் வடக்கு வன்முறையை அடக்குவார் என்று எம்மை

நம்பச் சொல்கின்றார்களா?

- இவ்வாறு கேள்வி எழுப்பியுள்ளார் வடக்கு மாகாண சபையின் எதிர்க்கட்சித் தலைவர் சி. தவராசா.

- தாம் நேற்று வெளியிட்டுள்ள கேள்வி - பதில் அறிக்கையிலேயே அவர்

இதனைக் குறிப்பிட்டுள்ளார்.

அதில் அவர் தெரிவித்துள்ளவை வருமாறு:-

கேள்வி: பொலிஸ் அதிகாரத்தை வழங்கினால் வடக்கு வன்முறையை இரண்டு மாதங்களில் அடக்கிக் பக்கம் 03 »»









## நீதியின் கீழ் 750 பொலிஸ் ஜீப்புகள்!

இலங்கை பொலிஸாரால் பொதுமக்களுக்கு வழங்கும் சேவையை மேலும் விரிவு படுத்துவதற்கு அரசால் தீர்மானிக்கப்பட்டுள்ளது. இவ்வாறு சேவையை விரிவுபடுத்துவதற்காக இலங்கை பொலிஸாருக்கு மேலதிக் கீழ்ப்புகள் கொள்வனவு செய்ய தீர்மானிக்கப்பட்டுள்ளது.

அதன்படி இலங்கை பொலி

ஸாருக்கு 600 ஜீப் வாகனங்கள் பொலிஸ் அதிரடிப்படைக்கு 150 ஜீப் வாகனங்களும் கொள்வனவு செய்யப்படவுள்ளன.

இவை இந்தியநிதி உதவியின் கீழ் கொள்வனவு செய்யப்படவுள்ளது. இதற்காக அரசு நிர்வாகம் மற்றும் முகாமைத்துவம், சட்டம் ஒழுங்கு அமைச்சின் தீர்மானத்திற்கு அரசு அங்கீகாரம் வழங்கியுள்ளது.

## வவுனியாவில் குடும்பத் தலைவர் மர்மமான முறையில் உயிரிழப்பு

வவுனியா ஓமந்தை பொலிஸ் பிரிவிலுள்ள மாதரபனிக்கர்மகிழங்குளம் பகுதியில் வெத்தியசாலைக்கு கொண்டு ஒருவரை சுகவீனம் காரணமாக நேற்றுமுன்தீனம் இரவைவத்தியசாலைக்கு கொண்டு சென்ற போது உயிரிழந்துள்ளார் என்றும் தற்போது சுலம் வைத்தியசாலையில் வைக்கப்பட்டுள்ளது எனவும் ஓமந்தை பொலிஸார் தொல்வித்துள்ளனர்.

வவுனியா, ஓமந்தை மாதரபனிக்கர்மகிழங்குளம் பகுதியில் வெத்துவந்த ஜெ. நிரோசன் 26 வயதுடைய குடும்பத்துரை உறவினர் ஒருவரின் பூப்புனித் தீர்மானம் இடம்பெற்று மறுதினமான

நேற்று முன்தீனம் இரவு மதுபானவிருந்துபாரம் ஓய்வுப்பெற்றுள்ளது.

அதில் கலந்துகொண்டு உறவினர்களுடன் இணைந்து மது அருந்திய நிலையில் நேற்று முன்தீனம் இரவு அந்தக் குடும்பத்துரை மது அருந்தியநுண்பர்கள் அவரது வீட்டில்கொண்டு வந்து விட்டுச் சென்றுள்ளனர். இரவு அவருக்கு ஒவ்வாமை ஏற்பட்டுள்ளது.

இதையுடேது அவரது மனைவிவைத்தியசாலைக்கு கொண்டு சென்றுள்ளார். எனினும் வைத்தியசாலை குடும்பத்துரை உறவினர் ஒருவரின் பூப்புனித் தீர்மானம் இடம்பெற்று மறுதினமான எனவே குடும்பத்தின்

உயிரிழப்பில் சந்தேகம் ஏற்பட்டுள்ளதுன், அருந்திய மது வில்விஷம் கலந்திருக்கலாம் என்று உறவினர்கள் சந்தேகம் தெரிவித்துள்ளனர். இது தொடர்பான மேலதீக தகவல் களை சுடலத்தின் மருத்துவப் பரிசோதனைகளுக்குப் பின் என்று வைத்தியசாலைத் தகவல்கள் தெரிவிக்கின்றன.

இந்தக் குடும்பத்துரை உயிரிழப்பு அந்தப் பகுதியில் பெரும் பரப்புப்பை ஏற்படுத்தி யுள்ளது.

இது தொடர்பான மேலதீக விசாரணைகள் ஓமந்தை பொலிஸார் மேற்கொண்டு வருகின்றனர்.

(க-100)

## தினசரி ராச் பலன் (02.08.2018)

2018 ஆம் ஆண்டு விளம்பி வருடம் ஆடுத்திங்கள் 17 ஆம் நாள் வியாழக்கிழமை பஞ்சமித்தித் திதி பகல் 11.33 மணி வரை பின்னர் ஷஷ்டி. நட்சத்திரம்: உத்தரப்பாதி பகல் 1.12 வரை பின்னர் ரேவதி. சித்ததயோகம் முழுவதும்.

ராகுகாலம் - பகல் 1.50 மணி முதல் 3.24 மணி வரை.

சுபநேரம் - காலை 7.35 மணி முதல் 9.05 மணி வரை.

திவசம் செய்ய வேண்டிய திதி - ஆடி மாத தேயிப்பிறை ஷஷ்டி.

பிறந்த நட்சத்திர வழிபாடு- உத்தரப்பாதி.

### 'ஜோதிமணி' பிரம்மஹீ சி. ஜெகதீஸ்வரசுரமா ஜே.பி.



சலனம் மிகுந்த நாள். பொருளாதாரம் நலிவடையும். உடல் நலனில் கவனம் தேவை. வரவுக்கு மீறிய செலவு வந்து புதிய கடன்படும் நிலை உண்டாகும். தொழிலில் பல தரப்பட்ட போட்டிகளைச் சந்திக்க வேண்டி வரும்.



ஆக்கபூர்வமான நாள். எதிர்பார்த்த பணவரவு வந்து சேரும். வியாபாரத்தில் நன்மையான வழியில் முன் னேற்றும் அடைவார்கள். வெளிநாட்டுத் தொடர்புகள் நல்ல பயனைத் தரும்.



சமபலன்கள் காணப்படுகின்றன. பொருளாதார நிலை சுமாராக இருக்கும். சுயதொழிலில் ஓரளவு முன்னேற்றும் உண்டாகும். பெண்களின் நடவடிக்கைகளில் சில கருத்து வேறுபாடுகள் உண்டாகும்.



யோகமான நாள். பணபலம் அதிகரிக்கும். சிலருக்கு வெளியுர்ப் பணி செய்யும் வாய்ப்பு அமையும். வியாபாரத் தொழில் வளர்ச்சி அடையும். சொந்த வீடு வாங்கும் யோகம் உண்டாகும்.



சஞ்சலமான நாள். வருமானம் நலிவடையும். மனதில் யோசனை. கவலை அதிகரிக்கும். தொழிலில் நிறையப் பாடுபட வேண்டி வரும். பிள்ளைகளால் கவலை உண்டாகும். யாரையும் அதிகம் நம்பாதிருப்பது நன்மை தரும்.



மத்திம் பலன்கள் காணப்படுகின்றன. பொருள் வரவு சுமாராக இருக்கும். வேலை பார்க்கும் இடங்களில் பல சோதனைகள் உண்டாகும். அதிக பணிச் சுமையைத் தாங்க வேண்டி வரும்.



சுபீட்சமான நாள். பணபலம் பெருகும். மகிழ்ச்சி அதி கரிக்கும். பணியில் விவரவுப் பண்பு அமையும். வியாபாரத் தொழில் வளர்ச்சி அடையும். சொந்த வீடு வாங்கும் யோகம் உண்டாகும்.



ஆக்கபூர்வமான நாள். பணம் சரளமாகப் பழங்கும். தொழிலாளர்களுக்கு ஊதிய உயர்வு கிடைக்கும். விவர களின் கொரரவும் மேலோங்கும். அரசாங்க காரியம் விருஷ்சிகம் அனுகூலமாகும்.



யோசனையான நாள். பணம் தட்டுப்பாடாக இருக்கும். உத்தியோகத்தர்களுக்கு பணியின் போது பல இடங்களுக்கு வந்து மறையும். குடும்பத்தில் வீண் சச்சரவுகள் உண்டாகும்.



சமபலன்கள் காணப்படுகின்றன. பொருளாதார ஏற்ற இறக்கமாக இருக்கும். செலவினங்கள் அதிகரிக்கும். எடுக்கும் முயற்சிகள் தடை. தாமதத்தைத் தரும். உடல் நலம் ஓரளவு சீராகும்.



உயர்வான நாள். பொருளாதாரத்தில் வளர்ச்சி கிடைக்கும். சுமையாக இருந்து வந்த விடயங்கள் படிப்படியாக மறையும். தொழிலில் மிகவும் கவனமாகச் செயற்பட்டு வியாபாரத்தை செழிப்படையச் செய்வார்கள்.



அதிர்ஷ்டமான நாள். பணம் பல வழிகளாலும் வந்து சேரும். தொழிலில் பணியின் போது பல இடங்களில் நிறை வேறும். தொழிலில் பழிப்படியாக வளர்ச்சி உண்டாகும். அதிர்ஷ்டச் சீட்டுக்களால் லாபம் வரும்.



சந்திராஷ்ட்ரமான நாள். பொருளாதாரத்தில் வளர்ச்சி கிடைக்கும். சுமையாக இருந்து வந்த விடயங்கள் படிப்படியாக மறையும். தொழிலில் பழிப்படியாக வளர்ச்சி உண்டாகும். அதிர்ஷ்ட தவிர்க்கவும்.

## வவுனியாவில் குடும்பத் தலைவர் மர்மமான முறையில் உயிரிழப்பு

உயிரிழப்பில் சந்தேகம் ஏற்பட்டுள்ளதுன், அருந்திய மது வில்விஷம் கலந்திருக்கலாம் என்று உறவினர்கள் சந்தேகம் தெரிவித்துள்ளனர். இது தொடர்பான மேலதீக தகவல் களை சுடலத்தின் மருத்துவப் பரிசோதனைகளுக்குப் பின் என்றே தெரியப்படுத்தப்படும் என்று வைத்தியசாலைத் தகவல்கள் தெரிவிக்கின்றன.

இந்தக் குடும்பத்துரை உயிரிழப்பு அந்தப் பகுதியில் பெரும் பரப்புப்பை ஏற்படுத்தி யுள்ளது.

இது தொடர்பான மேலதீக தகவல் களை சுடலத்தின் மருத்துவப் பரிசோதனைகளுக்குப் பின் என்றே தெரியப்படுத்தப்படும் என்று வைத்தியசாலைத் தகவல்கள் தெரிவிக்கின்றன.

இந்தக் குடும்பத்துரை உயிரிழப்பு அந்தப் பகுதியில் பெரும் பரப்புப்பை ஏற்படுத்தி யுள்ளது.

இது தொடர்பான மேலதீக விசாரணைகள் ஓமந்தை பொலிஸார் மேற்கொண்டு வருகின்றனர்.

(க-100)

## ர

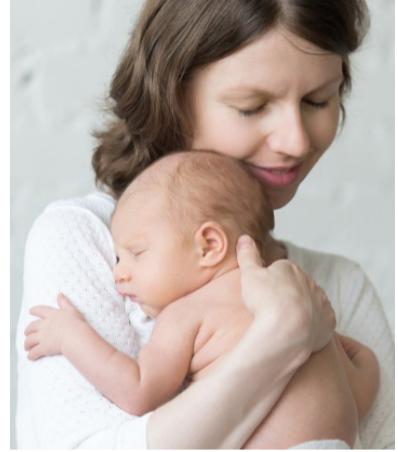


## உலக தாய்ப் பால் தினம் (ஒக்டோ 01) நேற்றாகும்

முந்தை பிறந்ததுமே தாய்ப்பால் கொடுப்பது மிகவும் அவசியம். பிறந்த குழந்தைக்கு வழங்கப்பட உம் முதல் உணவு தாய்ப்பால். தாய்ப்பாலில் குழந்தைக்குத் தேவையான அத்தனை சத்துக்களும் அடாக்கி இருக்கின்றன. தண்ணீர், கொழுப்பு, பூரதம், சீனி, தாதுப் பொருள்கள் ஆகியவை தாய்ப்பாலில் காணப்படுகின்றன. இரத்தத்தில் உள்ள சூருக்கோஸ், கல்சியம், விற்றறிமின்கள் ஆகியவற்றை மார்பகச் சிற்றறைகள் பிரித்து பாலாக மார்க்கின்றன.

தாய்ப்பால் கொடுப்பது காலம் காலமா கப்பெண்கள் இயற்கையாகவே செய்துவந்த பணி. சமீப காலத்தில் தாய்ப்பால் அளிப்பது பெருமளவில் குறைந்து வருகிறது. தாய்ப் பாலின் முக்கியத்துவத்தை வலியுறுத்தி உலகளை விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தும் விதமாக ஒவ்வொர் ஆண்டும் தாய்ப்பால் தீணம் கடைப்பிடிக்கப்படுகிறது.

தாய்ப்பாலில் அதிசயிக்கத்தக்க ஆற்றல் படைத்த இரசாயனப் பொருள் இருக்கிறது. அது பிரந்த குழந்தையின் சமிபாட்டு உற்படுக்களைப்பாதுகாக்கவும் குறைக்களைப் போக்கவும் பெரிதும் உதவுகிறது. குழந்தை பிரந்தவுடன் சில நாள்களுக்குச் சுரக்கின்ற சீம்பாலில் ஒருவகை தாகப் பொருள் அதிக அளவில் இருக்கிறது. இது குழந்தையின் குடல் பகுதிகளை மற்ற அமிலச்சுரப்பியினால் பாதிப்பு ஏற்படாமல் பாதுகாக்கிறது. குழந்தை இனிமேல் சாப்பிடப் போகும் உணவுகளை ஏற்றுக்கொள்ளும் விதமாக பக்குவப்படுத்துகிறது. ஆகவே எல்லாவித சத்துக்களும் அடங்கிய தாய்ப்பால் குழந்தையின் வளர்ச்சிக்குப்பொரிதும் உதவுகிறது. தாய்ப்பால் பருகும் குழந்தைகள் நல்ல ஆரோக்கியத்துடன் வளர்வார். காரணம் தாய்ப்பாலில் உள்ள நோய் எதிர்ப்பு திறன் தான்.



தாய்ப்பாலில் குழந்தைக்கு வேண்டிய அனைத்து சுத்துப் பொருள்களும் சரியான விகிதத்தில் உள்ளன. மூன்று வளர்ச்சி சரி யாக அமைய மிகத் தேவையான புரதங் கள், அத்தியாவசிய கொழுப்புச் சுத்துகள் தாய்ப்பாலில் மட்டுமே உள்ளன. தாய்ப்பால் இயற்கையிலேயே சரியான நிலையில் உடனுக்குடன் புதிதாகக் கிடைக்கும் உணவு. கிருமிகளைக் கொல்லும் பொருட்களைத் தன்னகத்தே கெண்டது அதன் தனிச் சிறப்பாகும்.

தாய்ப்பாலில் உள்ள கொழுப்பு அமிலங்கள் மற்றும் சில பொருள்களின் அற்புதக் கலவை குழந்தையின் மூன்றை வளர்ச்சிக்கு உதவுகிறது. ஒரு வயதிற்குட்பட்ட குழந்தைகளின் மரணத்தைக் குறைக்க உலக நாடு

கள் முனைந்து செயல்படுகின்றன. குழந்தை பிறந்த முதல் 2 ஆண்டுகள் உடல், மன, முனை வளர்ச்சி அதிவேகமாக இருக்கும். இப்படிவுவத்தில் குழந்தையின் ஒருங்கிணைப்பு வளர்ச்சிக்கு ஏதேனும் தடை ஏற்பட்டால் வாழ்நாள் முழுமூலம் சீர்க்க முடியாத பாதிப்பை ஏற்படுத்தும். எனவே வளர்ச்சிக்கு உறுது வண்ணயாக தாய்ப்பால் கொடுப்பது தாய்மார்களின் கடமை.

**தாய்ப் பாலுக்கு நிகர்  
வேறு எதுவும் தில்லை**

6 மாதங்களுக்காவது தாய்ப் பாலுட்ட வேண்டுமென மருத்துவர்கள் அறிவுறுத்து கின்றனர். தாய் அல்லது குழந்தை ஆகிய இருவரில் ஒருவர் வேண்டாம் எனத் தீர்மானிக்கும் வரை குழந்தைக்குத் தாய்ப்பால் தேவை. தாய்தன் மார்போட்டைணத்து குழந்தைக்குப்பாலுட்டுக்கையில் தொட்டுப்போகாது சூப் பிறகு மறுபடி ஒரு பிளைப்பு உடல் ரீதி யாக ஏற்படுகிறது.

இதற்கு மாற்று எதுவுமே இல்லை, அதில் உள்ள வெண்ணமையான தீரவப் பொருளே குழந்தைகளுக்கு நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியை அளிக்கிறது, இவை எல்லாவற்றையும் விட குழந்தைக்கும் தாய்க்கும் உளவியல் ரீதி யாக ஒரு பிணைப்பு ஏற்படுகிறது. தாய்ப்பா வில் தேவையான அனைத்தும் இருக்கின்ற மையால், குழந்தைகளுக்கு வயிறு உபாதை தவிர்க்கப்படுகிறது. 4 மாதம் முதல் 5 மாதத் திற்கு தாய்ப்பாலை விடச் சிறந்த உணவுகளையாது.

எந்தக் குழந்தை அப்படி வளர்கிறதோ, அந்தக் குழந்தை காது சம்பந்தப்பட்ட நோய்க் கிருமிகளில் இருந்தும், வயிற்றுப் போக்கில் ருந்தும் காப்பாற்றுப்படுகிறது. நெடுஞ்காலப் பயன்கள் என்னவென்றால் தாய்யப்பால் அருந்தும் குழந்தைகள் ஆஸ்துமா, ஒவ்வாமை, குழந்தையிலேயே எடை பருமன், குழந்தைப் பருவம் பற்றுநோய் இவற்றின் அபாயத்திலிருந்து ஓரளவு தவிர்க்கப்படுகின்றன.

ମୁଖ୍ୟମନ୍ୟା ତୁମ୍ହିରେ  
କାହାରେ କାହାରେ  
କାହାରେ କାହାରେ!

முனை வளர்ச்சி,  
நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி  
மட்டுமன்றி  
பாசப் பிகைப்பும்  
ஏற்படும்

மும். தாய்நினைத்து இத்தீல் குழந்தைக்குப் பாவுாட்டுவதை, குழந் தையைப் பராமரிக் கும் எந்த ஒருசெய வைப் போலவே அங்கீ கரிக்க வேண்டும். ஒரு சாதாரண பார்வை கூட அசென்றிய உணர்வை ஏற்படுத்தக் கூடும். அதன் காரணமாக தாய்ப்பாவுாட்டுவது தடைப்படலாம். மேல்நாட்டில் தாய்ப்பால வங்கி ஆரம்பிக்கப்பட்டுள்ளது. இருத்த தான்த்தைப் போல தாய்ப்பால் தான் மும்யிரி காக்கும் செயலாகக் கரு தப்படுகிறது. சேமிக்கப்பட்ட தாய்ப் பால் அநாதைக் குழந்தைகளுக் கும், எய்டௌல் பாதீக்கப்பட்ட குழந்தைகளுக்கும் வழங்கப்படுகிறது.

4 அதைத்திற்குத் தொய்ப்பால்  
அருந்தும் துழந்தை,  
துழந்தைப் பருவ நீண்டிலு  
இயாதிவிருந்து கொப்பன்றப்  
படுகிறது. துறை அதைத்தில்  
யிறந்த துழந்தைகள்  
யின்னால் கிருத்த அழுத்த  
நோயிவிருந்தும் கொப்பன்றப்  
படுகின்றன. தொய்ப்பாலை  
துழந்தை யிறந்த ஒரு ணீ  
நேரத்திற்குள்ளேயே  
கொடுப்பது நன்கை  
பயக்குத்.

குழந்தை, குழந்தைப் பருவ நிரிசிலுவி வியாதி யிலிருந்து காப்பாற்றப்படுகிறது. குறை மாதத்தில் பிறந்த குழந்தைகள் பின்னால் இரத்த அமுத்த நோயிலிருந்தும் காப்பாற்றப்படுகின்றன. தாய்ப்பாலை குழந்தை பிறந்த ஒரு மணிநேரத்திற்குள்ளேயே கொடுப்பது நன்மை பயக்கும்.

இந்த அவசர உலகத்தில் குழந்தை பெற்றுக்கொள்வதைப்படு பல்வேறு காரணிகளையும் சிற்றித்துத் தீர்மானிப்பதாக இருக்கிறது. அதில் குழந்தைப் பராமரிப்பும் ஒன்று. கடந்த காலங்களில் குழந்தைக்குத் தாய்ப்பால் இயல்பாக கிடைக்கும் உணவாக இருந்தது. இன்றைய காலகட்டத்தில் -அதை மூலம் குறிப்பாக பணிபுரியும் தாயாக இருப்பின், தாய்ப் பாலா அல்லது புட்டிப்பாலா என்று மனத்தில் ஒரு படிமன்றம் போட்டு முடிவெடுக்கும் நிலைக்குத் தள்ளப்படுகிறான்.

தூய்ப்பாலுட்டுவதை கணவன், குடும்பத் தினர் மற்றும் சமுதாயம் உக்குவிக்க வேண்



கைத்தொழில் வர்த்தக அமைச்சின் மீள்குடியேற்ற செயல் ணியால் ஒதுக்கப்பட்ட நிதியிலிருந்து அமைச்சர் றிவொத் பதியுதீனின் ஏற்பாட்டில் மன்னார் மாவட்டத்தில் விளையாட்டுத் துறையை ஊக்குவிக்கு முகமாக அங்கு மூன்று இடங்களில் விளையாட்டு அரங்குகளுக்கான அடிக்கல் நடும் விபாக்கள் நடை வரும்போன்று

வழாக்கள் நடைபெற்றும்  
மன்னர் பிரதேச சபைத் தலைவராளர் எஸ்.எச்.எம். முஜஜூஹ் ரீ  
தலைமையில் செவ்வாய்க்கிழமை (31.07.2018) மன்னார்  
பத்து மூன்றிலிட்டர் தீவிர மற்றும் தீவிர காலாடங்களுக்கு

பியர் ரிஷாத் சிற்றி ஆகீய விளையாட்டு மைதானங்களின் விளையாட்டு அரங்குகளுக்கே அடிக்கல் நடப்பட்டன.

ஒவ்வொரு விளையாட்டு அரங்குகளுக்கும் தலை 50 இலட்சம் ரூபா செலவில் நடைபெற இருக்கும் இவ் அடிக்கல் நடும் விழாக்களில் பிரதம அதிதியாகவுட மாகாண சபையின் முன்னாள் உறுப்பினரும் கைத்தொழில் மற்றும் வணிகத் துறை அமைச்சர் றிவிஷாத் பதியுதீனின் பிரத்தியேக செயலா எருமான் றிவ்கான் பதியுதீன் இத் திட்டத்தை ஆரம்பித்து வைக்கார்.

இதைத் தொடர்ந்து இவ் விழாவில் கலந்து கொண்ட மன்னார் பிரதேச சபை தவிசாளர் எஸ்.எச்.எம்.முஜீஹீர் மற்றும் உறுப்பினர்கள் அடிக்கர்களை நட்டு வைத்தனர்.

இந் நீகழ்வில் மன்னார் பிரதேச சபை உறுப்பினர்கள் சகாயுநாதன் குருஸ், புனிதவதி, தோ.டிவ்னா குருஸ், எம். நடீம், மற்றும் மீன்குடியேற்ற செயலனி மன்னார் மாவட்ட பணிப்பாளர் எம்.என்.முஜீத் ரகுமான் ஆகியோருடன்

■ - தீவ்யா ஆர்யா -

**30** டைடேயே லுக்கும் பாலியல் வன்புணர்வு சம்பவங்களை தொடர்ந்து, 12வயதிற்குப்பட்ட சிறுமிகளை பாலியல் வன்புணர்வு செய்பவர்களுக்கு அதிகப்படச் சூட்டுதல் என்ற விதி இருந்ததால், இந்த சட்டம் அடக்கமுறையாக பார்க்கப்பட்டது.

பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகள் நலத் துறை அமைச்சரான் மேனகா காந்தி, இந்த சட்டம் குழந்தைகளுக்கெதிரான வன்முறை களை தடுக்கும் என்று நம்புகின்றேன் என்க கூறினார்.

கடந்த 2013ஆம் ஆண்டு டெல்லியில் ஒடுமே பெருந்தில் ஜோதி என்ற இளம்பெண் கூட்டுபாலியல் வன்புணர்வுக்கு ஆளானவை யைத் தொடர்ந்து, பெண்களை பாலியல் வன்புணர்வு செய்பவர்களுக்கு மரண தண்டனை விதிக்கும் முடிவை மத்திய அரசு கொண்டுவந்தது.

தென் கிழக்கு ஆசியாவில் பாகிஸ்தான், வங்குகேசம், ஆப்கானிஸ்தான் ஆசியநாடு களை தொடர்ந்து நான்காவது நாடாக இந்தியாவில் பாலியல் வன்புணர்வு செய்பவர்களுக்குதாக்குத்தண்டனை அறிமுகப்படுத்தப்பட்டுள்ளது.

ஆளால், இந்த நடவடிக்கை பாலியல் வன்புணர்வு சம்பவங்களை குறைக்குமா, குறைக்காதா என்ற வேறுபட்ட கருத்து எழுந்துள்ளது.

இந்தியாவில், பாலியல் வன்புணர்வுக்கு மரணத்தினால் வன்புணர்வு செய்பவர்களுக்குதாக்குத்தண்டனை அறிமுகப்படுத்தப்பட்டுள்ளது.

ஆப்கானிஸ்தான் பெண்களை பாலியல் வன்புணர்வு செய்பவர்களுக்கு மரண தண்டனை விதிக்கும் சட்டம் கூட்டுப்படவில்லை.

2009ஆம் ஆண்டு பெண்களுக்கெதிரான வன்முறை தடுப்பு சட்டம் அதிபரின் ஆணையின் மூலம் நிறைவேற்றப்பட்டது.

அதாவது, பெண்கள் அல்லது சிறுமிகள் பாலியல் வன்புணர்வுக்கு ஆளாகிகிறந்தால், அந்த செயலை புரிந்தவருக்கு மரண தண்டனை விதிப்பதற்கு அந்தச் சட்டம் வழிகோவிடுகிறது.

பாலியல் வன்புணர்வு சம்பவங்களில் ஈடுபடுவர்களுக்கு மரண தண்டனை அளிக்கும் சட்டம் நிறைவேற்றப்பட்ட பிறகும் கூட ஆப்கானிஸ்தானில் பாலியல் வன்புணர்வு சம்பவங்களின் எண்ணிக்கை சீராக அதிகரித்து.

ஆப்கானிஸ்தானில் மரண தண்டனை விதிக்கப்படுவது பரவலாக இல்லை.

அவ்வப்போது தனது விதிகளின்படி தவறு செய்தவர்களை பொதுவளரியில் தூக்கிலிட்டதிலிருப்பான் அமைப்பு, ஆப்கானிஸ்தானில் மரண தண்டனை நிறைவேற்றப்பட்டு நிறுத்தி வைக்கப்பட்டிருந்தது.

கடந்த 2006ஆம் ஆண்டிலிருந்து இதுவரை பாலியல் வன்புணர்வு சம்பவங்களில் ஈடுபட்டதற்காக 25 பேருக்கு மரண தண்டனை நிறைவேற்றப்பட்டுள்ளதாக பாகிஸ்தான் மனித உரிமை ஆணையத் தின் தகவல்கள் தெரிவிக்கின்றன.

பயங்கரவாத சம்பவங்களுக்கு இணையாக பாலியல் வன்புணர்வு குற்றங்கள் நடத்தப்பட்டு நிறைவேற்றப்பட்டுள்ளன என சர்வதேச மனிதப்படி சபையின் தகவல்கள் தெரிவிக்கின்றன.

ஆளால், ஒவ்வொரு தூக்குத்தண்டனையை நிறைவேற்றுவதற்கும் அந்நாட்டின் அதிபர் தனித்தனியே கையெழுத்திட வேண்டும்.

ஆப்கானிஸ்தானில் கடந்த 2009ஆம் ஆண்டு முதல் தீவுவரை 36 மரண தண்டனைகள் நிறைவேற்றப்பட்டுள்ளன என சர்வதேச மனிதப்படி சபையின் தகவல்கள் தெரிவிக்கின்றன.

ஆளால், அவற்றுள் எத்தனை பாலியல் வன்புணர்வு செய்தவர் களுக்கு வழங்கப்பட்டது என்பது தெரியவில்லை.

ஆப்கானிஸ்தானில் கடந்த 2014ஆம் ஆண்டு சில பெண்களைக்கப்பாரியல் வன்புணர்வு செய்த ஜந்து ஆண்களுக்கு அப்போதைய அதிபர் கர்சாய், கூரண்டு மனி நேர தூரித் திசாரா கீர்த்தி பிறகு, மரண தண்டனை விதிப்பதற்கு அந்தச் சட்டம் வழிகோவிட்டதார்.

பாகிஸ்தான்

பாலியல் வன்புணர்வு செய்பவர்களுக்கு தெர்கு ஆசியாவிலேயே மரண தண்டனை விதித்த முதல்நாடு பாகிஸ்தான். 1979ஆம் ஆண்டு அப்போதைய ராணுவத்தின் தள பதியாகவும், நாட்டின் ஆறாவது அதிபராக வும் விளங்கிய வியா உல் ஹக், முறை தவறிய பாலியல் உறவு கொள்பவர்கள் மற்றும் பாலியல் வன்புணர்வு செய்பவர்களுக்கு கல்லை கொண்டு அடித்தே கொல்லும் மரண தண்டனையை கொண்டுவந்தார்.

ஆளால் இந்த தீவிர தண்டனைகள்

ஆளால், பாலியல் வன்புணர்வுகளால் பாதிக்கப்படும் பெண்கள் மற்றும் சிறுமிகள் தங்கள் பாதிக்கப்பட்டதுக்குச் சாட்சியாக நான்கு ஆண்களை நிறுத்தவேண்டும் என்ற விதி இருந்ததால், இந்த சட்டம் அடக்கமுறையாக பார்க்கப்பட்டது.

2006ஆம் ஆண்டு கொண்டுவரப்பட்ட பெண்கள் பாதுகாப்பு சட்டத்தின் மூலம் அந்த சட்டம் தீருத்தியமைக்கப்பட்டது.

இந்த சட்டத் தீருத்தத்தின்படி, விபசாரம் தணிப்பட்ட குற்றமாக வகைப்படுத்தப்பட்டு டன், பெண்கள், சிறுமிகள், கூட்டுபாலியல் வன்புணர்வு மற்றும் 16 வயதிற்குப்பட்ட சிறுமிகளை பாலியல் வன்புணர்வு செய்பவர்களுக்கு மரண தண்டனை விதிக்கும் சட்டம், பாகிஸ்தான் தண்டனை சட்டத்தின் கீழ் கொண்டுவரப்பட்டது.

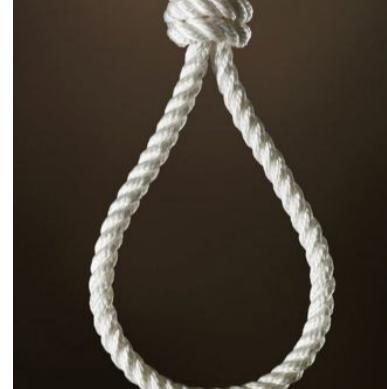
#### 10 மாடங்கு அதிகரிப்பு

12 வருடங்களுக்கு முன்னர் பாலியல் வன்புணர்வு செய்பவர்களுக்கு மரண தண்டனை விதிக்கப்பட்டதிலிருந்து இதுவரை பார்க்கும்போது பாகிஸ்தானில் பாலியல் வன்புணர்வு சம்பவங்களின் எண்ணிக்கை 10 மாடங்கு அதிகரித்துள்ளது.



## மேஜை திண்டு வையால்

# பாலியல் குற்றந்தகள் குறைகின்றனவா?



## தென்கிழக்கு ஆசிய நாடுகளில் பி.பி.ஸி. நடத்திய ஆய்வு

கிள் மரண தண்டனைக்கெதிரான எழுந்த சார்வதேச அழுத்தங்களால் கடந்த 2008 - 2014ஆம் ஆண்டு இடைப்பட்ட காலத்தில் பாகிஸ்தானில் மரண தண்டனை நிறைவேற்றப்படுவது நிறுத்தி வைக்கப்பட்டிருந்தது.

கடந்த 2006ஆம் ஆண்டிலிருந்து இதுவரை பாலியல் வன்புணர்வு சம்பவங்களில் ஈடுபட்டதற்காக 25 பேருக்கு மரண தண்டனை நிறைவேற்றப்பட்டுள்ளதாக பாகிஸ்தான் மனித உரிமை ஆணையத் தின் தகவல்கள் தெரிவிக்கின்றன.

பயங்கரவாத சம்பவங்களுக்கு இணையாக பாலியல் வன்புணர்வு குற்றங்கள் நடத்தப்பட்டு நிறைவேற்றப்பட்டுள்ளது.

மரண தண்டனைக்கெதிரான எழுந்த சார்வதேச அழுத்தங்களால் கடந்த 2008 - 2014ஆம் ஆண்டு இடைப்பட்ட காலத்தில் பாகிஸ்தானில் மரண தண்டனை நிறைவேற்றப்படுவது நிறுத்தி வைக்கப்பட்டிருந்தது.

இதனால் குற்றமாறு அரிவுறுத்துகின்றனர்.



'பாய' மரண தண்டனை வழங்குவது அரசு மைப்புக்கு எதிரானது என்றும் தண்டனையின் அளவு கவனமாக தீர்மானிக்கப்பட வேண்டும் என்றும் உத்தரவிட்டிலிருந்து மரண தண்டனைக்கு ஆர்ப்பாட்டங்கள் அதிகரித்து வருகின்றன.

#### குறைவான புதிவு

தெற்காசிய நாடுகளில் பாலியல் வன்புணர்வு செய்யப்பட்டவர்கள் சமூக களாங்க மாக குறுதப்படுவதால், பாதிக்கப்பட்டவர்கள் தண்டனையை வெளிப்படையாக சொல்வதில்லை.

தன்னால் வன்புணர்வு செய்யப்பட்ட பெண்டனை தீருமணம் செய்வதற்கு ஆண்கள் ஓட்டுக்கொள்வது அரிது என்று கூறுகிறது பாலியல் வங்குவது தொட்பான துவக்களை வெளியிடும் ஆப்கானிஸ்தான் தனிநூபர் மனிது ரீமைகள் அழைப்பம் (Afghanistan Independent Human Rights Commission). ஆனால் வன்புணர்வு செய்யப்பட்ட பெண்கள் பர்பானால், அவரை தீருமணம் செய்ய வேண்டும் என அதற்கு காரணமான ஆண் கட்டாயப்படுவதால்.

கட்டாயத் தீருமணமும், குறிப்பிட்ட வயதுக்கு முன் தீருமணம் செய்வதும் இந்தியாவைப் போலவே ஆப்கானிஸ்தானிலும் தடை செய்யப்பட்டுள்ளது.

#### தண்டனை விகிதம் குறைவு

பாலியல் வன்புணர்வு குற்றத்திற்கான தண்டனை விகிதம் கடந்த ஜந்து ஆண்டுகளாக எல்லாம் மூலம் இருப்பதற்கு ஆண்கள் கூட்சியின் நாடான மன்ற உறுப்பினர் சைதா சுகாரா இமாம் 2014ஆம் ஆண்டு குற்றம் சாட

## அறியாத உயிர்களே் அற்புத அறிவியலுட் 'நீல்புதினை' விவரிதுமள்ளு!

யானையைப் போன்ற தோற்றும் கொண்ட, அதாவது யானையின் தும்பிக்கையைப் போன்ற அமைப்புடைய சிலவகை அரிய உயிரினங்கள் உள்ளன. அவை பற்றி அறிந்து கொள்வோம்.

சாய்கா ஆண்டிலோப்



**40** கூன்கள் என்றாலே புள்ளிமான்கள்தான் சட்ட டென்று நம் நினைவுக்கு வருவது. அதைத் தவிர சில வகை கொம்பு மான்களும், புள்ளியில்லாத மான்களும் கூட நாம் அறிந்திருப்போம். ஆனால் இந்த மான் வகைகளிலும் கூட யானை மூக்கு மான்கள் இருக்கின்றன.

ஆண்டிலோப் விலங்கினத்தில் பலவகை இருந்தாலும் யானையின் தும்பிக்கை போன்ற மூக்கை உடைய இந்த ஆண்டிலோப்பின் பெயர் சாய்கா.

இந்த சாய்கோ ஆண்டிலோப் ஒரு காலத்தில் மங்கோலியாவிலும், வட அமெரிக்காவிலும் வாழ்ந்திருந்தாலும் இப்போது இந்த இனம் இருப்பது ரஸ்யா, கஜக்ஸ்தான், உஸ்஬ெக்ஸ்தான் மற்றும் மங்கோலியாவின் சில பகுதிகளில் மட்டும்தான் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

இந்த சாய்கா ஆண்டிலோப் 2,50,000 வருடங்களுக்கு முன்பே, சேபர் தேதி புலி மற்றும் மம்முத் யானைகளுடன் வாழ்ந்த மிகப்பழமையான உயிரினம் என்றும் ஓர் அறிவியல் கூற்று நிலவுகிறது.

தோள் வரையிலான உயரம் 2 அடி முதல் 3 அடி வரை வளரக்கூடியதும், 36 முதல் 63கிலோ எடை வரையில் வளரக்கூடியதும், 6முதல் 10ஆண்டுகள் வரை உயிர்வாழக்கூடியதுமான இந்த வகை ஆண்டிலோப்கள் இப்போது மிக வேகமாக அழிந்து வரும் இனத்தில் பட்டியலிடப்பட்டிருப்பது காலத்தின் சோகம் தான்...!

ப்ரோபிசிஸ் குரங்கு...



**41** கூன்க்கு ஆசியாவில் இருக்கும் போன்னியோ என்ற தீவில் வாழ்பவைதான் மூக்கு நீண்ட இந்த ப்ரோபிசிஸ் குரங்குகள்.

ஆசியாவில் இருக்கும் பொய் குரங்கு வகைகள் எனில் இதுவும் ஒன்று. இதில் ஆண் குரங்குகள் இரண் டரை அடி உயரமும், மூப்பது கிலோ எடைவரையிலும் வளரக்கூடியவை. பெண் குரங்குகள் இரண்டு அடி உயரமும் 15கிலோ எடை வரையிலும் வளரக்கூடியவை.

தும்பிக்கை போன்ற இதன் நீண்ட மூக்கு 10செ.மீ நீளம் வரையிலும், வாயை மறைக்கும் அளவிலும் வளரக்கூடியது.

சுட்டமாக வாழும் இந்த இனத்தில் பல பெண் குரங்குகளுக்கு ஒரு ஆண் என்று கூட்டமாகவும், பல இளம் ஆண் குரங்குகள் ஒன்று சேர்ந்து கூட்டமாகவும் வாழக்கூடியவை.

## தக்காளி

நீண்ட நூல்கள்  
கீட்டாமல்  
வைத்திருப்பது  
எப்படி?



### தக்காளியை உறைய வைத்தல்

1. புதியநல்லதக்காளிகளை எடுத்துக் கொண்டு, காம்புகளை நீக்கி, அவற்றை குழாய் தண்ணீரில் அழுக்குகளின்றி சுத்தமாகக் கழுவ வேண்டும். சிறு அழுக்கு கூட மீதி இருக்கக் கூடாது.

2. அவற்றை காய் வைக்க வேண்டும். சுத்தமான சமையலறைத் துண்டால் சுத்தமாகத் துடைக்க வேண்டும். ஏதாவது ஈரம் இருக்கிறதா என்று சோதனை செய்வது நல்லது. பழங்களில் ஈரம் துளியும் இருக்கக் கூடாது.

3. தக்காளியின் காம்பைப் பியத்த மேல் பகுதியை நறுக்க வேண்டும்.

4. தக்காளியின் கீழ்ப்பகுதியை சிரிய அளவில் பாதி வரை நறுக்க வேண்டும். இது தோல் உரிக்க எளிதாக இருக்கும்.

5. ஒரு ஜிப் - லாக் பையில் அனைத்துதக்காளி களையும் போட்டு, இறுக்கமாக மூட வேண்டும். இவற்றை குளிர் சாதனப் பெட்டியில் உள்ள பிரீஸ் ரில் வைக்க வேண்டும்.

6. இவற்றை நாம் வேண்டும் போது எடுத்து உபயோகப்படுத்திக் கொள்ளலாம். தக்காளிகள் வைது வெதுப்பாக மாறும் வைத்திருந்து அல்லது ஒவனில் சில வினாடிகள் வைத்து எடுத்து பிறகு உபயோகிக்க வேண்டும்.

7. உறைந்த தக்காளி ஒரு மாதம் வரை நீடிக்கும்.

## விநோத தகவல்கள்

\* மலைப்பாம்பு இறகு, முடி தவிர மற்ற அனைத்தையும் ஜீரனித்து விடும்.

\* நட்ததைகள் தொடர்ச்சியாக மூன்று ஆண்டுகள் வரை தூங்கக் கூடியது.

\* மானின் கொம்புகள் ஆண்டுக்கு ஒருமுறை விழுந்து முளைக்கிறது.

\* நாயம்கீழ்ச்சியில் வால் ஆட்டும். பூணையோ கோபம் வந்தால்தான் வாலை ஆட்டும்.

\* நீர் யானைக்குக் கோபம் வந்தால் கொடாபாவி விடும்.

\* ஆடுமையின் மூளையை எடுத்து விட்டாலும் அது உயிருடன் இருக்கும்.

\* வண்ணத்துப் பூச்சிகள் தன் பின்னாங்கால் களால்தான் சுவையை அறிகின்றன.

\* மனிதனுக்கு இணையான அறிவாற்றல் பொல்பினுக்கு உண்டு.

\* கோழி முட்டையின் ஓட்டில் சுவாசிப்ப தற்கு எட்டாயிரம் நுண்துளைகள் இருக்கின்றன.

\* ஆந்தையால் ஒரே நேரத்தில் இரு கண்களாலும் இருவேறு காட்சிகளைக் காண முடியும்.

\* பெண் சிலந்திப் பூச்சிகள் ஆண் சிலந்தி யுடனான உறவுக்குப் பின் அதைக் கொண்டு விடுகின்றன.

\* நண்டுகள் இரண்டு ஆண்டுகளுக்கு ஒரு முறை சட்டையை (மேல்தோல்) உரிக்கின்றன.

\* ஒரு ஜோடி எலி ஒரே ஆண்டில் 800 குட்டிகள் வரை போடும்.

\* ஒரு பட்டுப்புழுவின் கூட்டில் 32 ஆயிரத்து 500 கெஜம் நால் இருக்கும்.

\* ஒரு சிலந்தி ஒரு மணி நேரத்தில் சுமார் 450 அடி நீளம் கொண்ட வலையைப் பின்னுகிறது.

\* புழுவை இரண்டாகத் துண்டித்துப் போட்டாலும் அது சாகாது.

\* குரியனுடைய ஒளியில் முப்பதினாயிரத்தில் ஒரு பகுதிதான் சந்திரனின் ஒளி.

\* நம் நாட்டில் மட்டுமல்ல, சீனாவிலும் வித வைகளுக்கு வள்ளளை உடை தான்.

## அற்புத சூற்றுப் பூங்களை இல்லைத்து!

நீறு உலகையே ஆட்டிப்படைக்கும் கொடிய நோய்களில் ஒன்று புற்றுநோய். தனமும் அதிக மக்கள் பாதிக்கப்படும் வியாதிகளின் வரிசையில் புற்றுநோய்தான் முதன்மையான இடத்தில் உள்ளது. பல வியாதிகளை நாம் அன்றாடம் உண்ணும் உணவு முறைகளில் இருந்தே கணப்படுத்த முடியும்.

புற்றுநோயை குணப்படுத்தும் அற்புத ஆற்றல் முருங்கை இல்லைகளுக்கு உண்டு என கண்டிந்துள்ளனர்.

நமது உணவில் அன்றாடம் பயன்படுத்தும் பல உணவு பொருள்களில் என்னற்ற மருத்துவ குணங்கள் உள்ளன. அப்படிப்பட்ட ஒன்றுதான் முருங்கைகளை கண்டாலே பிடிக்காது. ஆனால் அவர்கள் அடம்பிக்கிறார்கள் என்பதற்காக கீரைகளை அவர்களுக்கு கொடுக்காமல் விட்டுவிடாதீர்கள். எல்லா கீரை வகைகளிலும் உண்டச்சுத்துக்கள் அதிகம் உள்ளன. இதற்கு எந்த வகையிலும் முருங்கை கீரை துளி அளவும் குறைந்தது இல்லை.

இது புற்றுநோய் கட்டுகள் உடலில் உருவாவதை முன்கூட்டியே தடுக்கும். அத்துடன் புற்றுநோய் கட்டுகளை அழிக்க இது நன்கு உதவுகிறது. பெண்சயில் இசோதியோகாசன் (benzyl isothiocyanate) என்னும் மூல பொருள் முருங்கையில் அதிகம் உள்ளது. பூற்றுநோய் ஏற்படாமல் காக்கும்.

கல்லீரலை சுத்தம் செய்யும், நூற்றையில் பூற்றுநோய் கட்டுகளை அழிக்கும் உறுத்துக்குத் தடுக்கும், உடலில் உள்ள புற்றுநோய் கட்டுகளை அழிக்கும் உறுத்துக்குத் தடுக்கும்.

தீனமும் முருங்கைக் கீரையில் சாற்றை 300 மி குத்து வந்தால் புற்றுநோய் கட்டுகளை எளிதில் உடலில் இருந்துநீக்க முடியும். எதிர்ப்பு சுத்தி மண்டலத்தை வலிமையாக்கி வெள்ளன ரத்த அணுக்களை அதிகரிக்கிறது. இதில் உள்ள நியாளியிலின் (gazamicin) என்ற மூல பொருள் ஆரம்ப கட்டுத்தில் இருக்கும் புற்றுநோய் க











# மனித உரிமைகள் கவுன்ஸில் நீர்மானந்தர் நடைமுறைப்படுத்துவதற்கு, அமெரிக்கா தொடர்ந்து ஆதரவு அளிப்பதாக உறுதியளித்துள்ளது

## அந்நாட்டின் பதில் தூதுவர் விக்கியிடம் உறுதி தெரிவிப்பு

இலங்கை தொடர்பான ஜெனேவாவின் ஐ.நா மனித உரிமைகள் கவுன்ஸில் தீர்மானத்தை நடைமுறைப்படுத்துவதற்கு, அமெரிக்கா தொடர்ந்து ஆதரவு அளிப்பதாக உறுதியளித்துள்ளது.

வடக்குமாகாண முதலமைச்சர் சி.வி.விக்னேஸ்வரனை கொழும்பில் சந்தித்த போது, இலங்கைக்கான அமெரிக்காவின் பதில் தூதுவர் ரொபேர்ட் வெல்டன் இந்த உறுதியை வழங்கியுள்ளார்.

இது தொடர்பாக, ரொபேர்ட் வெல்டன், தனது கீச்சகப் பக்கத்தில் இட்டுள்ள பதிவில் -

ஐ.நா மனித உரிமைகள் கவுன்ஸின், 30/1(2015) மற்றும் 34/1(2017) இலக்கத் தீர்மானங்களின் கீழ், இலங்கை தனது வாக்குறுதிகளை நிறைவேற்றுவதற்கு, அமெரிக்கா தொடர்ந்து ஆதரவளிக்கும் என்று முதலமைச்சர் சி.வி.விக்னேஸ்வரனுக்கு உறுதி அளிக்கப்பட்டுள்ளது.

இந்தக் கடப்பாடுகள், அமெரிக்கா மற்றும் ஏனைய நாடுகளுடனான இலங்கையின் உறவுகளை விரிவுபடுத்துவதற்கு வசதியாக இருக்கும் - என்று அவர் கூறியுள்ளார்.



## எங்களது வாழ்வாதாரத்தை அழிக்கும் சந்தைக் கட்டடத் தொகுதி வேண்டாம்

### கிளிநெநாச்சி சந்தை வர்த்தகர்கள் வலியுறுத்து

கிளிநெநாச்சி, ஓக 02  
தங்களது வாழ்வாதாரத்தை அழிக்கும் புதிய மூன்று மாடி சந்தைக் கட்டடத் தொகுதி தேவையில்லை என்றும், மாறாக வர்த்தகர்களுக்கு ஏற்ற வகையில் கணக்குபூர்ம் மற்றும் ஏ-9 பிரதான வீதியை நோக்கியபடி புதிய கட்டடத்தை அமைத்துக்கருமாறும் கிளிநெநாச்சிச் சந்தை வர்த்தகர்கள் கோரிக்கை விடுத்துள்ளனர்.

கிளிநெநாச்சி பொதுச் சந்தையில் நேற்று இடம் பெற்ற ஊடகவியலாளர் சந்திப்பின்போதே அவர்கள் இவ்வாறு தெரிவித்தனர்.

அவர்கள் மேலும் தெரிவிக்கையில் -

நாட்டின் பல இடங்களில் மாடி சந்தைக் கட்டடத் தொகுதிகள் வெற்றியளிக்கவில்லை. முக்கியமாக சனத் தொகை அதிகளுடைய கொண்ட யாழ்ப்பாணம், வவுனியா மற்றும் தென்னிலங்கையில் பல மாவட்டங்களில் மாடிச் சந்தைக் கட்டடங்கள் வெற்றியளிக்காத நிலையில் குறைந்தாலும் சனத்தொகையைக் கொண்ட கிளிநெநாச்சி மாவட்டத்தில் சந்தைக் கட்டடத்தை மூன்று மாடியில் அமைப்பது வர்த்தகர்களாகிய எங்களை அழிவுக்குக் கொண்டு செல்லும் ஒரு திட்டமே.

எனவே எமது விருப்பத்துக்கு மாறாக சந்தைக் கட்டடத்தை அமைக்க வேண்டாம்.

எங்களது சந்தையின் தற்காலிகக் கட்டடம் தீயினால் அழிந்தபோது வடக்கு மாகாண ஆளுநர் மற்றும் முதலமைச்சர் ஆகியோர் மத்திய அரசின் அமைச்சர்களுடன் பேசியமைக்கு அமைவாக எமக்கு நட்டாடும் புதிய கட்டடம் அமைப்பதற்கு 15 கோடி ரூபாவும் ஒதுக்கப்பட்டு.

அதில் முதற்கட்டமாக 8 கோடி ரூபா



கடந்த வருடம் கிளிநெநாச்சி மாவட்ட செயலகத்துக்கு அனுப்பியெவக்கப்பட்டது. அதனை மாவட்ட செயலகத்தினர் வீட்டுத்திட்டத்திற்குப் பயன்படுத்திவிட்டனர்.

தற்போது எங்களின் விருப்பத்திற்கு மாறாக மாவட்டத்தில் உள்ள அரசியல் தரப்புக்கள், அதிகாரிகள் ஆகியோர் தங்களின் விருப்பத்தை எங்கள் வாழ்வாதாரத்தின் மீது தீணிக்கின்றனர். ஆகவே நாம் இதனை ஒரு போதும் ஏற்றுக்கொள்ளமாட்டோம் - என்றனர்.

இதன்போது சம்பவ இடத்துக்கு வர்த்தகர் சங்கத் தலைவரும், உப தலைவரும் வருகை தந்தனர். வர்த்தகர்களும் அவர்களுக்கும் இடையே அங்கு முறுகல் நிலை ஏற்பட்டது. வர்த்தக சங்கத் தலைவர் அரசியல் கட்சின்றின் சார்பாக உள்ளாட்சித் தேர்தலில் போட்டியிடவர் என்றும், அந்தக் கட்சியினர் சந்தையில் புதிய மாடிக் கட்டடத்தை அமைப்பதற்கு முயற்சித்து வருகின்றனர் என்றும் வர்த்தகர்கள் குற்றம் சாட்டினர். (ஜ-100)

## நாடாநமன்றத்தில் உரையாற்ற நேரம் பிச்சை எடுக்க முடியாது

கொழும்பு, ஓக.02

செட்டு எதிரணி நாடாநமன்றத்தில் உரையாற்ற நேரத்தைக் கேட்டு பிச்சை எடுக்க முடியாது என நாடாநமன்ற உறுப்பினர் கெறவியரும்புக்கெல தெரிவித்தார்.

பொருளையில் நேற்று நடைபெற்ற ஊடகவியலாளர் சந்திப்பில் அவர் இதனைக் குறிப்பிட்டார்.

அவர் மேலும் தெரிவிக்கையில் -

சபாநாயகர் கரு ஜயகரிய ஜக்கிய தேசியக் கட்சிக்குச் சார்பாகச் செயற்பட்டு வருகிறார் என்பதால், அவருக்கு எதிராக நடவடிக்கை எடுக்கக் கூட்டு எதிரணி திட்டமிட்டுள்ளது.

கடந்த மூன்று ஆண்டுகளாக சபாநாயகர் சந்தர்ப்ப வாதியாக நடந்துக்கொண்டார். இதனால், தொடர்ந்தும்

### சீற்றத்துடன் கூறுகிறது கூட்டு எதிரணி

அமைதியாக இருக்க முடியாது.

எதிர்க்கட்சியின் அங்கம் வகீக்கும் தமிழ்த் தேசியக் கூட்டமைப்பு, மக்கள் விடுதலை முன்னணி என்பன குறைவான உறுப்பினர்களை கொண்டுள்ள போதி வீழ அவற்றுக்கு தலா 15 வீத நேரம் ஒதுக்கப்படுகிறது. 70 பேரை கொண்டுள்ள கூட்டு எதிர்க்கட்சிக்கும் 15 வீத நேரமே ஒதுக்கப்படுகிறது. இது அந்தியானது. - என்றார். (ஜ)

## பற்றைக்குள் கிரந்து 2 சைக்கிள்கள் மீட்பு



யாழ்ப்பாணம், ஓக.02

சாவகச்சோரிப் பகுதியில் பற்றைக்குள் அநாதாவாகக் காணப்பட்ட இரண்டு சைக்கிள்கள் நேற்று முன் தீணம் நள்ளிரவு பொலிஸாரால் மீட்கப்பட்டுள்ளன.

சாவகச்சோரிசேருக்கல் பிள்ளையார் கோவில் அரூகில் உள்ள பற்றைக் காணிக்குள் ஆண் ஒருவருடையதும் பெண் ஒருவருடையதும் சைக்கிள்கள் இரண்டு நாள்களாக அநாதாவாகக் காணப்பட்டுள்ளன. இது தொடர்பாக அப்பகுதி இளைஞர்கள் சாவகச்சோரிப் பொலிஸாருக்கு அறிவித்தமையைத் தொடர்ந்து பொலிஸார் அந்தப் பகுதியில் தேடுதல் மேற்கொண்டனர். இரண்டு சைக்கிள்களையும் பொலிஸ் நிலையத்துக்கு அவர்கள் எடுத்துச் சென்றனர். (ஜ-7)

## இராணுவத் தளபதி நேற்று நகுலேஸ்வரத்தில் வழிபாடு



யாழ்ப்பாணம், ஓக.02

நேற்று யாழ். வந்த இராணுவத் தளபதி லெப்பினன் ஜெனரல் மகேஷ் சேனாநாயக்கா கீரிமலை நகுலேஸ் வரர் ஆலயத்துக்குச் சென்று விசேடபூசை வழிபாடுகளில் ஈடுபட்டார்.

இராணுவத் தளபதி மகேஷ் சேனாநாயக்கவடன் இராணுவத்தினால் பலரும் ஆலயத்திற்குச் சென்றிருந்தனர். (ஜ)