சுடர் 16 கதிர் 2

மிட்ஸ்
ஐக்கிய சுடர்

ஏப்ரல் - ஜூன் 2025

தனிச்சுற்றுக்கு மட்டும்

மும்மாத இதழ்

தீன சேவன சபா

ஏழைகளின் ஊழியர் சபை

மதர் பேத்ரா தீனதாசி
(1924 - 1976)
ஏழைகளின் ஊழியர் சபையின் ஸ்தாபகி

தீன சேவன சபா - செயல்பாடுகள்

- அனாதைக் குழந்தைகளுக்கு அடைக்கலம் - நீ அனாதையல்ல உனக்காக நானிருப்பேன்
- அன்பு, அரவணைப்பு, ஆதரவு மற்றும் எய்ட்ஸ் பாதிக்கப்பட்ட குழந்தைகளோடு
- கல்வி வளர்ச்சிக்கு உதவுதல்
- ஏழைப்பெண்கள் தொழில் செய்து முன்னேற்றமடைய செய்தல்
- முதியோர்களை பராமரிப்பு, புற்றுநோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு விழிப்புணர்வு கொடுத்து அரவணைத்தல்

1969 தீன சேவன சபா துவக்கம்

மதர் பேத்ரா 100வது பிறந்த நாள் விழா கொண்டாட்ட நிகழ்வு

அன்பும் அரவணைப்பும் அனாதைக் குழந்தைகளுடன்

கல்வி வளர்ச்சி - பாலர் பள்ளி குழந்தைகள்

ஏழைப்பெண்களுக்கு தையல் பயிற்சி அளித்தல் - தையல் இயந்திரம் வழங்குதல் மற்றும் பெட்டிக்கடை வழங்குதல்

இறைப்பணிக்கு தன்னைத்தானே அர்ப்பணித்தல்

மார்த்தாண்டம் மறைமாவட்டத்தில் சேவைபுரியும் DSS அருட்சகோதரிகள்

நோயாளிகளுக்கு சிகிட்சை அளிப்பதும், முதியோர்களை கவனிப்பதும்

10-ஆம் வகுப்பு தேர்ச்சி பெற்றவரோ அதற்கு மேல் படித்த பெண்மணிகள் கன்னியராக சேவை செய்ய விருப்பமிருந்தால் கீழ்கண்ட முகவரியை அனுகவும்.

தீன சேவன சபா - அனுக வேண்டிய முகவரி

DSS NIRMALA PROVINCIAL HOUSE
Kotehundi, Rayankere,
Mysore – 570 008
Ph: 0821- 2957930, 6364158624
E-mail dssnirprovmys@gmail.com

DSS Generalate
Snehaniketan, Pattuvam P.O., Taliparamba
Kannur Dist: 670 143, Kerala India
Tel:0460 2220046,2220448(Office)
dssgeneralateptvm@gmail.com
www.dinasevanasabha.com

Sr. Agatha DSS
DSS Convent
Kallukatty
Ph: 9442547401

ஆதரவாளர்கள்
மேதகு ஆயர் Dr. வின்சென்ட் மார் பவுலோஸ்
தலைவர் - மிட்ஸ்

அருட்தந்தை. முனைவர் ஜெறோம் C.
இயக்குநர் - மிட்ஸ்

ஆசிரியர்
திரு. M.G. ஜோசப் பேட்ரிக் ஆன்றனி,
M.S.W., LL.B.,

ஆசிரியர் குழு
திருமதி. ஷீலா J.K
திருமதி. ஷகிலா .R
Sr. அகதா DSS
திருமதி. விஜயா .M
திருமதி. கிருஷ்ணகுமாரி .C
திரு. ஷைனு .B
திருமதி. ஞான ஜறின் சுகிலா .M
திருமதி. கிறிஸ்டல் ஜெயா .T

தொகுப்பாளர் மற்றும் ஒருங்கிணைப்பாளர்
திருமதி. V. சுனி

வெளியீடு
மிட்ஸ்,
இடைவிளாகம் - கழுவன்திட்டை
குழித்துறை - 629 163, குமரி மாவட்டம்.

Ph : 04651-263390, 295690
Email : mids.marthandam@gmail.com
Website : mids.org.in

அச்சிட்டவர்
நாஞ்சில் ஆப்செட் பிரிண்டர்ஸ்,
நாகர்கோவில்

தனிச்சுற்றுக்கு மட்டும்

உள்ளே ...

1.	இயக்குநர் கடிதம்	2
2.	குடும்பத்துடன் உங்கள் பொன்னான நேரத்தை செலவிடல்	3
3.	சமூக ஊடகப் போதை	5
4.	மேஜிக் கணக்கு	8
5.	ருசியான மீன் கறி	9
6.	கைப்பேசி	9
7.	மருத்துவ குறிப்புகள்	10
8.	காயத்திருமேனி தைலம் தயாரிப்பு குறித்து பேட்டி	11
9.	கடவுளின் ஊழியர் அன்னை தீனதாசி பேத்றா	13
10.	சமூக ஊடகப்போதை	14
11.	மிட்ஸ் நிறைவாழ்வு சங்கம்	15
12.	கோல்பிங்	15
13.	விருட்சம் என்ற நுண்கடன் திட்டம்	16
14.	தளிர்கள் உலகம்	17
15.	குடும்பம் வாழ்வுபெறல் திட்டம்	19
16.	மிட்ஸ் மரியன் இயக்கம்	20
17.	மிட்ஸ் உறுப்பினர் பாதுகாப்புத்திட்டம்	21
18.	புற்றுநோய் விழிப்புணர்வு தின நிதிதிரட்டல் - 2025	22
19.	ஆங்கிலச்சொல் இணையான தமிழ்ச்சொல் எழுதுக	24

தொழில்முனைவோரும் தலைவர்களும் தங்கள் தொலைநோக்கு மற்றும் தன்னம்பிக்கையால் சிறந்து விளங்குவர்.

இயக்குநர் கடிதம் . . .

மிட்சின் வாசக தோழியர் தோழருக்கு வணக்கம்!

வசதி வாய்ப்புகள் பெருகாதா என்று அங்கலாய்த்த ஓர் இளமைப்பருவம் நினைவுக்கு வருகிறது. அப்பா அண்ணாக்கள் தங்குவேலைக்காக கேரளாவுக்கும் நாஞ்சில் நாட்டுக்கும் போன சமயம் அவர்கள் எப்படி இருக்கிறார்களோ என்று வீட்டிலும், வேலைத்தளத்தில் அவர்களோ கிறிஸ்மஸ் எப்போ வரும் ஈஸ்டர் எப்போ வருமென காத்திருந்து பணம்சேகரித்து வீடுசேர்ந்த நாட்கள். இடையிடையே பக்கத்து வீட்டு டீச்சர் அல்லது நர்சிடம் சென்று கடிதம் எழுதிக்கேட்டு, காத்திருந்து எழுதியனுப்பிய நினைவுகள். உண்மையில் தொலைவு ஏற்படுத்திய வலிகள், காத்திருந்து குடும்ப உறவை வலுப்படுத்தியது. பிள்ளை வருவான், கணவர் வருவார் கடையரிசி வாங்கணும்னு கருதி சேகரித்த காசுகள், உறவுகள் வீடு வந்துசேர்ந்த போது ஒரே கொண்டாட்டமாக இருந்தது. குறைந்த காலத்திலே ஏற்பட்ட தொழில்நுட்ப புரட்சி வழியாக தொலைவு தந்த வலிகளை வென்றுவிட்டோம். தொழில்நுட்ப கருவிகள் சமூக ஊடகங்களை ஆட்கொண்டு, உறவுகளின் குரலும் பிரசன்னமும் அருகமைவை நெருக்கமாக மாற்றிவிட்டது. எங்கிருந்தாலும் கேட்கலாம் பார்க்கலாம். ஆனால் என்னவோ அருகமை உறவுகள் தான் தொலைந்து போகின்றன. வாழ்க்கையை எளிமையாக்க புதுமை உத்திகள் பலவற்றைத் தந்திருப்பினும், ஊடகங்கள் மனிதனின் முழுநேரத்தையும் குத்தகைக்கு எடுத்துவிட்டன. அறிவுபெற, விழிப்புணர்வுபெற செய்திகள் பலவற்றை பெற வாய்ப்புகள் கிடைத்தாலும் கேளிக்கைச் செய்திகள் ஊடகங்களின் மேல்பகுதியை நிறைத்திருப்பதால், நடுத்தர மக்களின் பார்வை இவற்றைக் கடந்துசெல்வதில்லை. அதிகப்படியான பயன்பாட்டால், ஊடகத்தை கட்டமைப்போர் விரும்புபவற்றை எல்லாரும் அப்படியே பின்பற்றக்கூடிய நிலைமை வந்துவிட்டது. ஊடகங்கள் நமது சிந்தனை, நேரம், வாழ்வு முறை ஆகியவற்றை கட்டுப்படுத்துகிறதெனில், மிட்ஸ் தோழர்கள் இது குறித்த ஆழமான தெளிவு பெறுவது நலம். நமது கருவிகள் நமது பயன்பாட்டிற்காகவே; நம்மை தீர்மானிக்க அல்ல. அதீத தகவல்கள் நம்மை குழப்பி, நம் ஈடுபாட்டை சிதைக்கிறது. மன அமைதியை கெடுத்து நம்மை நாமே நோயாளியாக்கிக் கொள்ளாமல், ஓர் இடைவெளியை நமக்கும் சமூக ஊடகங்களுக்குமிடையே ஏற்படுத்திக் கொள்வது நல்லது. நம்மை வடிவமைக்கும் நல்லத் தகவல்களைத் தேடி சேகரிக்க முயல்வோம். உலகை வழிநடத்தும் புதிய தொழில்நுட்பங்களை கற்கவும், வேலை வாய்ப்புகளை கண்டுபிடிக்கவும், உலக அமைதியை உருவாக்க விழையும் ஊடகங்கள் மட்டில் நட்பைப் பெருக்குவோம். செய்தி மயக்கங்களில் நேரத்தைத் தொலைக்காமல் நம்மை உருவாக்கும் ஊடகத்தை தேடிப் பயன்படுத்துவோம்.

மிட்சின் சமூக ஊடகங்களும் தங்களது கருவிகளில் இடம்பெறட்டும். உங்களது ஊக்கம்தரும் ஈடுபாட்டால் இணைந்து வளருவோம்; வழிகாட்டுவோம். தங்களது தொடர்தோழமைக்கு நன்றி!

அருட்தந்தை. முனைவர் ஜெறோம் C.
இயக்குநர் - மிட்ஸ்

குடும்பத்துடன் உங்கள் பொன்னான நேரத்தை செலவிடல்

குடும்பத்துடன் நேரம் செலவிடுவதால் கிடைக்கும் நன்மைகளை எப்போதும் இழந்துவிடக் கூடாது என்பதில் எச்சரிக்கையாக இருக்க வேண்டும். குடும்பத்துடன் நேரம் செலவிட இதோ சில குறிப்புகள் . . . .

தினசரி ஒருவேளை உணவையாவது சேர்ந்து உண்ணுங்கள்

நாள் ஒன்றுக்கு ஒரு முறையாவது குடும்பத் துடன் அமர்ந்து சாப்பிடும் வழக்கத்தைக் கொண்டிருங்கள். அது காலை, மதியம் அல்லது இரவு உணவாக இருக்கலாம். ஒன்றாக தரையில் உட்கார்ந்து சாப்பிடுவது உடல் ஆரோக்கியத்தை மேம்படுத்தும். கலகலப்பான உரையாடல் இருக்கும். பலவிதமான எண்ணங்கள் ஆலோசனைகள் பரிமாற உதவும்.

கைபேசியை பயன்படுத்துவது குறையுங்கள்

குடும்பத்துடன் நேரம் செலவிடும் போது கைபேசியை அணைத்து வைப்பது ஆரோக்கியமான ஒன்று. இது கவனச் சிதறல்களை உண்டாக்காது. குடும்பத்தின் மீதான கவனத்தை அதிகப்படுத்தும். எல்லா நேரமும் தொலைக்காட்சி பார்ப்பதை தவிர்த்து சிறிது நேரம் குடும்பமாக செபிப்பதை வழக்கமாக்கலாம். இதனால் அவர்கள் இறைப்பற்றுடன் வளர்வார்கள்.

குடும்பமாக சேர்ந்து படியுங்கள்

குடும்பமாக சேர்ந்து படிப்பதால் பல நன்மைகள் கிடைக்கும். உதாரணமாக செய்தித்தாள்கள் வாசிப்பது குழந்தைகளிடம் வாசிக்கும் பழக்கத்தை உண்டாக்கும். பொது அறிவு வளரும். படிக்க முடியாத குழந்தைகளாக இருந்தால் பெற்றோர்கள் படித்து காண்பிக்கலாம். இந்த வழக்கம் தொடர்ந்து இருந்தால் குழந்தைகள் இயல்பாக வாசிக்கும் பழக்கத்தை உருவாக்கி விடுவார்கள்.

இரவு உணவுக்குப் பிறகு

இரவு உணவுக்குப் பிறகு கண்டிப்பாக சிறு நடைபயிற்சி மேற்கொள்ளுங்கள். இரவு உணவுக்குப் பிறகு நடப்பது நமது ஆரோக்கியத்தை பராமரிக்கவும், செரிமானத்தை மேம்படுத்தவும் சிறந்த வழியாகும். அதோடு குடும்பத்துடன் செல்வது குழந்தைகளுக்கு உற்சாகமான அனுபவமாக இருக்கும். மேலும், கலந்துரையாடுவதிலும் ஈடுபட உதவும்.

இன்பச்சுற்றுலா (பிக்னிக்) செல்லுங்கள்

நீண்ட தூரம் செலவழித்து தான் இன்பச்சுற்றுலா (பிக்னிக்) செல்ல வேண்டும் என்பதில்லை. மாதம் ஒருநாள் அருகில் இருக்கும் கடற்கரை, பூங்கா மற்றும் அருவியில் குளிப்பாட என குடும்பத்துடன் செல்வதை வழக்கமாக்கிக் கொள்ளுங்கள். பொருட்காட்சி, சர்க்கஸ், ஆலயங்களில் திருவிழாக்கள் போன்றவற்றிலும் குடும்பத்துடன் நேரத்தை கழிக்கலாம். குடும்பத்தினருடன் நாளை செலவிடுவது குடும்பத்தினருக்கு மிகவும் உற்சாகத்தைக் கொடுக்கும்.

குடும்ப கதைகளை பகிருங்கள்

குழந்தைகளிடம் சிறு வயதில் நடந்த கதைகளின் சுவாரஸ்யம் குறையாமல் சொல்லலாம். குடும்ப உறுப்பினர்கள் தங்கள் குழந்தை பருவத்தில் இருந்த வேடிக்கையான சம்பவங்களை பகிர்ந்து கொள்ளலாம்.

அன்பின் மூலம் செய்யப்படும் ஒவ்வொரு செயலும் ஆனந்தத்தைக் கொண்டு வந்தே தீரும்.

புகைப்பட தொகுப்பு

உங்கள் குடும்பம் ஆரம்ப கட்டத்திலிருந்து ஒன்றாக செலவிட்ட பழைய புகைப்பட ஆல்பங்களை பொக்கிஷமாக வைத்திருங்கள். ஒவ்வொரு நேரத்திலும் இதை அனைவரும் பகிர்ந்து பார்க்கும் போது மகிழ்ச்சியால் மனம் கொண்டாடும். குழந்தைகளும் புகைப்பட தொகுப்பை சேர்ப்பதில் ஆர்வமாக இருப்பார்கள். புகைப்படத்தில் இருப்பவர்களின் உறவு முறைகள் பற்றியும் அறிந்து கொள்வார்கள். அற்புதமான நினைவுகள் அடங்கிய சிறந்த தொகுப்பாக இருக்கும்.

சமையலறையில் நேரம் செலவிடுங்கள்

சுடச்சுட உணவுகளை சற்றே மாற்றுச்சுவையுடன் யார் விரும்பமாட்டார்கள். அதுவும் வீட்டில் தயாரிக்கப்பட்டதாகவும், ஆரோக்கியமான தாகவும் இருந்தால் . . . அதிலும் சமைக்கும் போது குழந்தைகளையும் சிறுசிறு வேலைகளில் ஈடுபடுத்துவதின் மூலம் ஆரோக்கியமான சமையலை விரும்பத் தொடங்குவார்கள் அவர்களும் சமைக்கக் கற்றுக்கொள்வார்கள்.

பொழுதுபோக்கு அவசியம்

எல்லோரும் சேர்ந்து கைவினைப்பொருட்கள் செய்யலாம். நடனம் ஆடலாம், பாடலாம், தாயம், பல்லாங்குழி, பாம்பும் ஏணியும் விளையாடலாம், மாடித்தோட்டங்கள் அமைக்கலாம், தோட்டக் கலையில் அனைவரும் சேர்ந்து ஈடுபடும் போது குழந்தைகளும் செடிகளுக்கு தண்ணீர் ஊற்றி ஆர்வத்துடன் செடிகள் வளர்க்க தொடங்கு வார்கள். இயற்கையைரசிக்கத் தொடங்குவார்கள்.

குடும்பத்துடன் எவ்வளவு நேரம் செலவிட வேண்டும்?

குடும்பத்துடன் இருக்கும் நேரத்திற்கு கால அளவு முக்கியமல்ல. தினமும் 30 நிமிடங்கள் செலவிடுவது கூட போதுமானது. ஆனால் 30 நிமிடங்களின் முடிவில் அனைவரும் மகிழ்ச்சியாக இருக்கலாம்.

எப்போதும் முசுவான (busy) வாழ்க்கை மற்றும் பரபரப்பான சூழலுக்கிடையே போதுமான நேரம் கிடைக்காதது முக்கிய காரணம் என்றாலும், குடும்பத்துடன் நேரம் செலவிடுவதை அலட்சியம் செய்யாமல், கிடைக்கும் சிறிதளவு நேரத்தையாவது குடும்பத்துடன் செலவிட முயற்சிப்போம்.

திருமதி. ஞான ஜயறின் சுகிலா, அமைப்பாளர்

சென்ற மாத ஆங்கிலச்சொல்லுக்கு நிகரான தமிழ்ச்சொல் எழுதுக போட்டியில் பங்குபெற்றவர்கள்.

- ❖ திருமதி. R. மேகலா, மிட்ஸ் வலியவிளாகம், ஆதிச்சவிளாகம் கிளஸ்டர், களியக்காவிளை
- ❖ திருமதி. P. மேழ்சி, சாத்தன்கோடு குழு, நடைக்காவு கிளஸ்டர், களியக்காவிளை
- ❖ மாணவி J.S. ஜெஸ்லின் மெர்சியா, தளிர்கள் உலகம் திட்ட பயனாளி
- ❖ திருமதி. C. வினிதா, தீபாஞ்சான்விளை, ஆற்றூர், மார்த்தாண்டம்
- ❖ திருமதி. பிந்து ஜாண், மிட்ஸ் மரியகிரி குழு, களியக்காவிளை
- ❖ திருமதி. நிர்மலா, தாழான்விளை குழு, நடைக்காவு, களியக்காவிளை

சென்ற மாத ஆங்கிலச்சொல்லுக்கு நிகரான தமிழ்ச்சொல் எழுதுக போட்டியில் வெற்றிபெற்றவர்கள்.

மாணவி ஜெஸ்லின் மெர்சியா J.S. தளிர்கள் உலகம் திட்ட பயனாளி

ஆங்கிலச்சொல்லுக்கு நிகரான தமிழ்ச்சொல் எழுதுக போட்டியின் விடைகள்

1. ஞானம்
2. குதிரைப்படை
3. காலுறை
4. செய்திகள்
5. அஞ்சல் குறி எண்
6. வீட்டுப்பறவைகள்
7. வெண்கலம்
8. எழுதுபொருள்
9. கடைக் கோடி
10. எரிபொருள்
11. சின்னங்கள்
12. கதாசிரியர்
13. விரிகுடா
14. அருஞ்சொல் அகராதி
15. சுறா
16. பேரிக்காய்
17. மகிழ்சியூட்டு
18. தீவு
19. நட்சத்திரக் கூட்டம்
20. இடி

போட்டியில் ஆர்வத்துடன் பங்குபெற்ற அனைத்து சுயஉதவிக் குழு உறுப்பினர்களுக்கும் தளிர்கள் உலகம் திட்ட பயனாளிக்கும் மிட்ஸ் நிறுவனத்தின் சார்பில் வாழ்த்துக்கள். தொடர்ந்து உங்கள் ஆதரவினை வேண்டுகிறோம்.

நீங்கள் உங்களைப் பற்றி நல்லவிதமாக உணராதவரை இன்னொரு நபரை நல்லவிதமாக உணரச் செய்வது சாத்தியமில்லை. தலைமைத்துவம் உள்ளிருந்துதான் துவங்குகிறது.

சமூக ஊடகப் போதை

சமூக ஊடகங்கள் இளைய தலைமுறையில் நேர்மறையான மற்றும் எதிர்மறையான தாக்கங்களை ஏற்படுத்துகின்றன. சமூக ஊடகங்கள் தகவல்களைப் பகிர்ந்து கொள்வதற்கும், தொடர்புகொள்வதற்கும், கற்றலுக்கும் ஒரு சக்திவாய்ந்த தளத்தை வழங்குகின்றன. அதே நேரத்தில் அவை போதை, மனநலப் பிரச்சினைகள் மற்றும் தனிமை போன்ற எதிர்மறை விளைவுகளையும் கொண்டுவருகின்றன.

சமூக ஊடகங்களின் நேர்மறையான தாக்கம்:

தகவல் பகிர்வு:

சமூக ஊடகங்கள் மூலம் செய்திகள், நிகழ்வுகள் மற்றும் கருத்துக்களை விரைவாகப் பகிரலாம். மேலும், இது பல்வேறு சமூகக் குழுக்களில் விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தவும், மாற்றங்களை கொண்டுவரவும் உதவுகிறது.

தொடர்பு:

சமூக ஊடகங்கள் மூலம் நண்பர்கள், குடும்பத்தினர் மற்றும் சமூகக் குழுக்களுடன் தொடர்பு கொள்ளலாம். மேலும், இது தனிமை மற்றும் மனச்சோர்வு உணர்வுகளை குறைக்க உதவுகிறது.

கற்றல்:

சமூக ஊடகங்களில் பல்வேறு செய்திகள், ஆவணங்கள் மற்றும் கல்வி சார்ந்த உள்ளடக்கங்கள் கிடைக்கின்றன. இது கல்விக்கு ஒரு புதிய தளத்தை வழங்குகிறது.

சமூகப் பங்களிப்பு:

சமூக ஊடகங்கள் மூலம் சமூகப் பிரச்சினைகள் பற்றி விவாதித்து, சமூகப் பங்களிப்பைச் செய்ய ஒரு வாய்ப்பை வழங்குகின்றன.

சமூக ஊடகங்களின் எதிர்மறையான தாக்கம்:

போதை:

சமூக ஊடகங்கள் போதைக்கு வழிவகுக்கும், இது மனநலப் பிரச்சினைகள், தூக்கமின்மை மற்றும் தனிமை போன்ற பிரச்சினைகளை ஏற்படுத்தும்.

மனநலப் பிரச்சினைகள்:

சமூக ஊடகங்களில் தவறான தகவல்கள், மோசமான கருத்துக்கள் மற்றும் போதை போன்றவை மனநலப் பிரச்சினைகளை ஏற்படுத்தும்.

தன்னம்பிக்கை குறைவு:

சமூக ஊடகங்களில் காட்டப்படும் அழகு சார்ந்த தகவல்கள், இளைய தலைமுறையினரின் தன்னம்பிக்கையை குறைக்கும்.

தனிமை:

சமூக ஊடகங்களில் அதிக நேரம் செலவழிப்பதால், இளைய தலைமுறையினர் மற்றவர்களுடன் நேரத்தை செலவிடுவதில் இருந்து விலகி, தனிமை உணர்வுக்கு ஆளாகிறார்கள்.

சமூக ஊடகங்களின் நன்மைகளையும் தீமைகளையும் கருத்தில் கொண்டு, இளைய தலைமுறையினரை சமூக ஊடகங்களின் நன்மைகளை பயன்படுத்தவும், தீமைகளைத் தவிர்க்கவும் வழிநடத்துவது அவசியம்.

குழந்தைகளின் மன ஆரோக்கியத்தில் சமூக ஊடகங்களின் எதிர்மறையான விளைவுகள் ... சமூக ஊடகங்களின் இருண்ட பக்கமானது இளைய தலைமுறையின் நல்வாழ்வை பாதிக்கக்கூடிய பாதகமான விளைவுகளை வெளிப்படுத்துகிறது.

சமூக ஊடகங்கள் இளைஞர்களின் வாழ்வில் ஆழமான தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகின்றன.

அவை தகவல் பரிமாற்றத்துக்கான ஒரு கருவியாக மட்டுமல்லாமல், சமூக வலைப்பின்னல், சுயவிளக்கம் மற்றும் பொழுதுபோக்குக்கும் உதவுகின்றன. எனினும், இந்த ஊடகங்கள் இளைஞர்களின் உடல் மற்றும் மன ஆரோக்கியத்தில் நேர்மறையான மற்றும் எதிர்மறையான விளைவுகளை ஏற்படுத்தும் என்பது கவனிக்கத்தக்கது.

சமூக ஊடகங்கள் இளைஞர்களிடம் ஏற்படுத்தும் தாக்கங்கள்:

1. நேர்மறையான தாக்கங்கள்:

தகவல் பரிமாற்றம்:

சமூக ஊடகங்கள் இளைஞர்களுக்கு உலகம் முழுவதும் உள்ள தகவல்களை விரைவாக அணுகவும், பலவிதமான கருத்துக்-களை தெரிந்துகொள்ளவும் உதவுகின்றன.

சமூக வலைப்பின்னல்:

இளைஞர்கள் தங்கள் நண்பர்கள், உறவினர்கள் மற்றும் புதிய நபர்களுடன் எளிதாக இணைந்திருக்க உதவுகின்றன.

உத்வேகம்:

சமூக ஊடகங்களில் தங்கள் திறமைகளை வெளிப்படுத்தவும், மற்றவர்களிடம் இருந்து உத்வேகம் பெறவும் இளைஞர்களுக்கு வாய்ப்புகள் உள்ளன.

சமூக விழிப்புணர்வு:

பல்வேறு சமூக விழிப்புணர்வு இயக்கங்கள் மற்றும் பிரச்சாரங்கள் சமூக ஊடகங்கள் மூலம் இளைஞர்களிடம் கொண்டு செல்லப் படுகின்றன.

2. எதிர்மறையான தாக்கங்கள்:

மன ஆரோக்கியம்:

அதிக நேரம் சமூக ஊடகங்களில் செலவழிப்பது மன அழுத்தம், கவலை மற்றும் மனச்சோர்வு போன்ற பிரச்சனைகளை ஏற்படுத்தும்.

சுயமதிப்பீடு:

சமூக ஊடகங்களில் பிறரின் வாழ்க்கை மற்றும் சாதனைகளை பார்த்து இளைஞர்கள் தங்களை மற்றவர்களுடன் ஒப்பிட்டு தங்களைக் குறைவாக நினைக்கலாம்.

தூக்கம் இல்லாத நிலை:

சமூக ஊடகங்களை இரவு நேரங்களில் பயன்படுத்துவது தூக்கத்தை கெடுக்கும்.

சமூகத்தில் இருந்து விலகி இருப்பது:

சமூக ஊடகங்களில் அதிக நேரத்தை செலவிடுவதால் இளைஞர்கள் நேரடி சமூகத் தொடர்புகளிலிருந்து விலகிப்போகலாம்.

சமூக ஊடகங்களைப் பயன்படுத்தும் போது கவனிக்க வேண்டியவை:

சரியான நேரம்:

சமூக ஊடகங்களில் அதிக நேரம் செலவிடாமல், சரியான அளவில் பயன்படுத்த வேண்டும்.

உண்மையான தகவல்களைப் பயன்படுத்தவும்:

சமூக ஊடகங்களில் கிடைக்கும் தகவல்களை நம்பி, உண்மையான தகவல்களைப் பயன்படுத்தி செயல்பட வேண்டும்.

சுயவிளக்கம்:

சமூக ஊடகங்களில் தங்களை வெளிப்படுத்தும் போது, தங்களை எப்படி காட்ட வேண்டும் என்பதை கவனிக்க வேண்டும்.

மன ஆரோக்கியம்:

சமூக ஊடகங்கள் மூலம் மன அழுத்தம் அல்லது கவலை ஏற்பட்டால், உடனடியாக உதவி கேட்க வேண்டும்.

சமூக ஊடகங்கள் இளைஞர்களின் வாழ்வில் ஒரு முக்கியமான பங்கு வகிக்கின்றன. அவை தகவல் பரிமாற்றம், சமூக வலைப்பின்னல் மற்றும் சுயவிளக்கம் ஆகியவற்றை வழங்குவதோடு, மன ஆரோக்கியம் மற்றும் சமூகத் தொடர்புகள் மீதும் தாக்கத்தை ஏற்படுத்துகின்றன. எனவே, சமூக ஊடகங்களைப் பயன்படுத்தும் போது கவனமாகவும், கட்டுப்பாடாகவும் இருக்க வேண்டியது அவசியம். சமூக ஊடகப் பயன்பாட்டிற்கும் டீன் ஏஜ் மனச்சோர்வுக்கும் இடையே நெருங்கிய தொடர்பை ஆய்வுகள் கண்டறிந்துள்ளன.

திருமதி. ஜாஸ்மின் ஜெயலெட் ராணி
தச்சூர்கோணம் II கோள்பிங் குடும்பம்

மிகுந்த பொறுமையோடு தன்னுடைய மக்களை வழிநடத்துபவனே சிறந்த தலைவன்.

தச்சூர்கோணம் குழுவின் 25 ஆம் ஆண்டு வெள்ளி விழா நல்வாழ்த்துகள்

25 ஆண்டுகள் மிட்ஸ் நிறுவனத்துடன் பயணித்ததில், சுய உதவிச்செயல்பாடுகளால் எங்கள் ஊருக்கு ஒருமாற்றத்தையும் எங்கள் குடும்ப உறுப்பினர்களுக்கு கல்வி, கலாச்சாரம், அரசியல், பொருளாதாரம் போன்றவற்றில் முன்னேற்றமும் ஏற்பட காரணமாக இருந்த மிட்ஸ் நிறுவனத்தின் பொறுப்பாளர்களுக்கு மனமார்ந்த நன்றியும் வாழ்த்துகளும் கூறிக்கொள்வதில் மிக்க மகிழ்ச்சி அடைகிறது தச்சூர்கோணம் சுயஉதவிக்குழு.

குழு துவங்கிய நாள்: 07.01.2001

தச்சூர்கோணம் குழு உறுப்பினர்கள்

திருமதி. P.சிந்து, திருமதி. E. தங்கம், திருமதி. M. கலா,
திருமதி. C. ராஜம்மாள், திருமதி. N. சரஸ்வதி,
திருமதி. P. ராதா, திருமதி M. தங்கம், திருமதி. W. சுஜி,
திருமதி. G. மீனா, திருமதி. A.S. சுதா, திருமதி. K. வசந்தா,
திருமதி. C. கலாராணி, திருமதி. M. ரெத்தினபாய்,
திருமதி M. லைலா, திருமதி. K. அனிதா, திருமதி. M. மேரி,
திருமதி. P. சுனிதா, திருமதி K. கலாராணி,
திருமதி. M.S. கார்த்திகா, திருமதி N. நிஷா

வெள்ளிவிழா நல்வாழ்த்துகள் !

மிட்ஸ் குடும்பத்தோடு பயணிப்பதில் எள்ளுவிளை குழுவாகிய நாங்கள் பெருமிதம் கொள்கிறோம். 25 ஆண்டுகளாக எங்கள் குழு வாயிலாக தனிப்பட்ட, குடும்ப மற்றும் சமூக வாழ்வில் ஏற்பட்ட ஒருங்கிணைந்த வளர்ச்சியால், நாங்கள் தன்னார்வத்தோடு மிட்ஸ் நிறுவனத்தின் வழிகாட்டுதலால் முன்னோக்கி சென்று கொண்டிருக்கிறோம். எங்கள் முன்னேற்றத்திற்கு உதவிய மிட்ஸ் நிறுவன பொறுப்பாளர்களுக்கு, வெள்ளி விழா காணும் இத்தருணத்தில் நல்வாழ்த்துக்களையும், நன்றியையும் கூறிக்கொள்வதில் மகிழ்ச்சி அடைகிறோம்.

வாழ்க மிட்ஸ் நிறுவனம் ! தொடரட்டும் அதன் சேவை!

எள்ளுவிளை குழு உறுப்பினர்கள்

குழு தொடங்கிய நாள்: 15-12-1999

ஜார்ஜ் C.M, ஜாண்சன் A.M. யேசுராஜன் R.,
சுமங்கலா S., கமலம் T., சந்திரி C.,
பேபி ஜோசப் C.R, விஜய ராஜம் A.,
றோஸ்மேரி T., கிறிஸ்துதாஸ் K., சுஜா S.T.,
ஜெய பெர்லின் C., றாபி மோகன் M.,
சுதிப் U, பிரபின் K., சுனில் U., அனீஷ் R.,
அனீஷ் குமார் S., அகல்லியா S.

உங்கள் கருத்துக்களை படைக்கவும்,
பகிரவும், Internet மூலம் இணைக்கப்பட்ட
ஒரு தளம் அல்லது மேடை.

குடும்பம் என்றாலே ஓரிடத்தில் பல இதயங்கள் ஒன்றாக துடிக்கின்றன.

மேஜிக் கணக்கு

எல்லா எண்களை போல 3க்கும் அதிசயத்தன்மைகள் உண்டு. உங்கள் நண்பர்களிடம் சொல்லி அசத்த ஒரு மேஜிக் இதோ!!!

3 x 1 x 37 = 111
3 x 2 x 37 = 222
3 x 3 x 37 = 333
3 x 4 x 37 = 444
3 x 5 x 37 = 555
3 x 6 x 37 = 666
3 x 7 x 37 = 777
3 x 8 x 37 = 888
3 x 9 x 37 = 999

கணிதத்தில் அதிசயங்களுக்கு பஞ்சமே இல்லை. அதில் ஒன்று தான் இந்த மாயக்கணக்கு

1 x 8 + 1 = 9
12 x 8 + 2 = 98
123 x 8 +3 = 987
1234 x 8 +4 = 9876
12345 x 8 +5 = 98765
123456 x 8 +6 = 987654
1234567 x 8 +7 = 9876543
12345678 x 8 +8 = 98765432
123456789 x 8 +9 = 987654321

நண்பர்களிடம் இப்படிச் சொல்லுங்கள்

- ஏதாவது ஒரு எண்ணை நினைத்துக்கொள்
- அதை இரு மடங்காக்கு
- வரும் விடையுடன் 4ஐ கூட்டு
- வரும் விடையை 2ஆல் வகு
- வரும் விடையைச் சொல் - நீ நினைத்த எண்ணைச் சொல்கிறேன்
- அவர் சொல்லும் எண்ணிலிருந்து 2-ஐ கழித்துச் சொல்லுங்கள் அடடே என்று அசந்து விடுவார்.

எ.கா நினைத்த எண் = 15
இரு மடங்காக்கினால் = 15 x 2 = 30
4 ஐக் கூட்டினால் = 30 + 4 = 34
2ஆல் வகுத்தால் = 34 / 2 = 17
இதில் நீங்கள் 2ஐ கழித்தால் = 17-2 = 15
நினைத்த எண் வரும்

திருமதி. ஷகிலா
அமைப்பாளர்

குடும்பம்

குடும்பம் என்பது ஒரு பெரும் செல்வம். நாம் எங்கு சென்றாலும், எதை அடைந்தாலும், உண்மையான சந்தோஷம் குடும்பத்தில்தான் உள்ளது. குடும்ப அன்பையும், ஆதரவையும் மனதில் வைத்து வாழ்வோம்.

தாயின் அரவணைப்பும், தந்தையின் பாதுகாப்பும் குடும்பத்தின் முதுகெலும்பு.

ருசியான மீன் கறி

ஒரு கிலோ ருசியான மீன்கறி சமைப்பது எப்படி?

தேவையான பொருட்கள்

- பெரிய உள்ளி - 250 கிராம்
- தக்காளி - 250 கிராம்
- பூண்டு - 10 பல்
- மஞ்சள் பொடி - தேவைக்கு
- உப்பு - தேவைக்கு
- புளி - ஒரு பெரிய நெல்லிக்காய் அளவு
- மல்லிப்பொடி - 50 கிராம்
- மிளகுப்பொடி - 50 கிராம் (தேவைக்கு ஏற்ப)
- காய்ந்த மிளகு
- கடுகு
- எண்ணெய்
- கறிவேப்பிலை

செய்முறை

முதலில் வாணலியை சூடு செய்ய வேண்டும். கடுகு தாளிக்க, எண்ணெய் ஊற்ற வேண்டும். பிறகு கடுகு, காய்ந்த மிளகு, கறிவேப்பிலை போட்டு தாளித்த உடன் பெரிய உள்ளி, பூண்டு மிக்ஸியில் அரைத்து சேர்க்க வேண்டும். சிவந்த பருவம் வரும் வரை வதக்க வேண்டும். தொடர்ந்து தக்காளியை அரைத்து சேர்க்க வேண்டும். நன்கு வதங்கிய பிறகு மல்லிப்பொடி, மிளகுப்பொடி, மஞ்சள்பொடி சேர்த்து மிதமான சூட்டில் வதக்க வேண்டும். சிறிது நேரத்திற்கு பிறகு புளிக்கரைசல் சேர்க்க வேண்டும். நன்கு கொதித்தவுடன் தேவையான உப்பு, தண்ணீர் சேர்த்து கொதிக்க விடவும். நன்கு கொதித்தவுடன் சுத்தம் செய்து வைத்திருக்கும் மீன் துண்டுகளை அதில் போட்டு வேகவைக்கவும். 10 முதல் 15 நிமிடங்கள் கொதிக்க விடவும் இப்போது சுவையான மீன் கறி தயார்.

திருமதி. ஷகிலா, அமைப்பாளர்

கைப்பேசி

பெரிய உலகம் ஒரு சிறிய திரையில்,
அனைவரும் மூழ்கி செல்கிறார் விரலில்.
வாட்ஸ்ஆப்பும், இன்ஸ்டாவும், ரீல்ஸ் என,
உண்மையான வாழ்வை மறக்கிறோம் நாமென.

நேரம் ஓடுகிறது, நாட்கள் கழிகிறது,
நம்மை நாமே தொலைத்து விட்டோம் போலிருக்கிறது.
கண்கள் எப்போதும் ஒளிரும் ஸ்க்ரீனில்,
நிழலாகி விட்டோம் நம் சொந்த ஜீவனில்.

ஒருநாள் துடிக்க, ஒருநாள் விழிக்க,
உண்மையான உறவுகளை மீண்டும் நினைக்க,
கைக்கொள் புத்தகம், பார்க்க முகம்,
சொல்வோம் வாழ்விற்கு: நீ அழகு, நீ சுகம்!

அந்த முகநூல், இன்ஸ்டா, ச்நாப்சாட்,
அனைத்திலும் நாம்தான் அடிமை மட்டுமே.
கை இல்லாமல் போகாது ஒரு நிமிடம்,
உண்மையான கண்களை மறந்தோம் அனுபவம்.

ஸ்டேட்டஸ் பார்ப்பது, லைக் சேகரிப்பது,
தொட்டுப் பார்த்தால் காலம் ஓடுவது.
சிறிய ஒளி நமக்கு பெரிய ஆசை,
ஆனால் உயிருக்கது ஒரு பெரிய மாயை.

கண்கள் வலிக்க, மனம் தெளிக்க,
அழகான உலகம் வெளியே இருக்க.
பார்த்து உன்னையும், சுற்றமும் சேர்ந்து,
வாழ்க்கையை கொண்டாடு அன்பாக சேர்ந்தே.

ஒரு கிளிக்கில் ஆரம்பித்த பயணம்,
மிகவும் இனிமை என்று நினைத்தோம்.
கைக்குள் உலகம் என்று புனைந்தோம்,
ஆனால் நம் உயிர் சிறைப்பட்டுவிட்டது தெரியாமல்.

நேரம் எல்லாம் ஸ்க்ரோல் பண்ணும் விரல்களில்,
உண்மையான மனிதர்கள் தொலைந்து போனார்கள்.
ஒருலைக், ஒருகமெண்ட், இதுதானா சந்தோஷம்?
உணர்வுகளை எமோஜிகளில் அடைத்து வைத்தோம்.

கண்கள் நொந்து, மனது வெறுத்து,
அன்பும் நெருக்கமும் தொலைந்த வாழ்க்கை.
திரையை தள்ளிவிட்டு முகங்களை நோக்கு,
உண்மையான புன்னகை உன்னை காத்திருக்கிறது.

திரையில் சிரிப்புகள் ... வாழ்க்கையில் தனிமை,
எண்ணற்ற நண்பர்கள்... ஆனால் யாரும் அருகில் இல்லை.
கண்ணீரை பதிவுசெய்ய சான்ஸ் இல்லை,
ரீல்ஸில் மட்டும் புன்னகை போடும் நாயகி நான்தான்.

ஒவ்வொரு லைக்கும் ஒரு ஆசை வளர்ந்தது,
ஒவ்வொரு கமெண்டும் ஒரு நம்பிக்கைபோல இருந்தது,
ஆனால் தினமும் அந்த ஸ்க்ரீன் சுட்டது,
உண்மையான அன்பு திரைக்கு அப்பாற்பட்டது.

மனம் ஓடிவிட்டது, கண்கள் காலியாகி,
அழகான நாட்கள் மாயமாகிவிட்டன.
திரையை மூடிவிட்டு, அந்த இருளை பார்த்தால்,
உண்மையான நான் தனியாக நிழலாய் நிற்கிறேன்...

திருமதி. கிருஷ்ணகுமாரி (அல்போன்சா)
மிட்ஸ் பணியாளர்

உண்மையான செல்வம் பணம் அல்ல, அது குடும்ப உறவுகள்.

மருத்துவ குறிப்புகள்

இஞ்சி

- இஞ்சிச்சாறில் தேன் கலந்து தினசரி காலை ஒரு கரண்டி அளவு சாப்பிட்டு வர நோய் தடுப்பு திறன் கூடும்.
- இஞ்சிச்சாறுடன் வெங்காயச்சாறு கலந்து, ஒரு வாரம் காலையில் ஒரு கரண்டி வீதம் குடித்து வர நீரிழிவு நோய் குறையும்.
- ஒரு துண்டு பச்சை இஞ்சியுடன், பத்து துளசி இலையை சேர்த்து நன்றாக மென்று உமிழ்நீரை விழுங்கி வர நுரையீரலில் தேங்கியுள்ளச் சளி நீங்கி சுவாச தொந்தரவுகள் குணமாகும்.

- உடலின் உட்புறத்தை சீராக வைத்திருக்கும் என்பதால் சீரகம் எனப்பெயர்.
- கடுமையான வயிற்று வலிக்கு சீரகத்தையும் உப்பையும் சேர்த்து நன்றாக மென்று, தண்ணீர் குடித்தால் உடனடி நிவாரணம் கிடைக்கும்.
- கற்கண்டு, சீரகம் கலந்து சாப்பிட இருமல் குறையும்.
- சீரகம் பொடியோடு எலுமிச்சைச் சாறு சேர்த்து குழைத்துச் சாப்பிட்டால், பித்தம் நீங்கும்.

சீரகம்

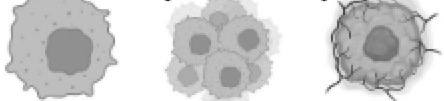
தேன்

- பழச்சாறுடன் தேன் கலந்து சாப்பிட்டால் உடல் வலிமை கிடைக்கும்.
- மாதுளம் பழச்சாறுடன் தேன் கலந்து சாப்பிட்டால் புது ரத்தம் ஊறும்.
- எலுமிச்சம் பழச்சாறுடன் தேன் கலந்து சாப்பிட்டால் இருமல் குறையும்.
- தேங்காய்ப் பாலுடன் தேன் கலந்து சாப்பிட குடல்புண், வாய்ப்புண் குணமாகும்.
- சுண்ணாம்பில் தேன் கலந்து கட்டிகள் உள்ள இடத்தில் தடவ வீக்கம் குறையும். கட்டிகளும் ஆறிவிடும்.

சர்க்கரை நோய் குணமாக

ஐந்து கொய்யா இலை, ஒரு ஸ்பூன் சீரகம், ஒரு ஸ்பூன் வெந்தயம், ஐந்து ஆவாரம் பூ, ஒன்றாக சேர்த்து ஒரு டம்ளர் தண்ணீரில் கொதிக்க வைத்து அரை டம்ளராக ஆனவுடன் காலையில் வெறும் வயிற்றில் 48 நாட்கள் குடித்தால், உடலில் சர்க்கரை வியாதி குறையும்.

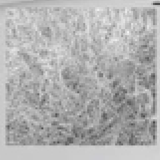
புற்று செல்களை அழிக்கும் இயற்கை முறை

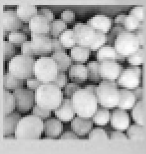


- முதல் படி சர்க்கரை உட்கொள்வதை நிறுத்த வேண்டும். உங்கள் உடம்பில் சர்க்கரை இல்லாமல் இருந்தால் புற்றுநோய் செல்கள் இயற்கையாகவே அழிகிறது.
- இரண்டாவது படி ஒரு கப் வெதுவெதுப்பான நீரில் எலுமிச்சை சாறு சேர்த்து 1-3 மாதங்கள் சாப்பிடுவதற்கு முன் காலையில் குடித்து வர புற்றுநோய் மறைந்துவிடும். மேரிலாண்ட் மருத்துவ ஆராய்ச்சியின் படி, வெதுவெப்பான எலுமிச்சை நீர் கீமோதெரபியை விட 1000 மடங்கு சிறந்தது, வலிமையானது மற்றும் பாதுகாப்பானது.
- சப்பாத்திக்கள்ளி பழம் புற்று செல்களை அழிக்க உதவி புரிகிறது.

திரு. ஷைனு, மிட்ஸ் வங்கி மற்றும் வாகன நிர்வாகி

காயத்திருமேனி தைலம் தயாரிப்பு குறித்து பேட்டி





திருமதி.ஷகிலா : உங்கள் குழுவின் பெயர் என்ன?

திருமதி.ஷீலா ஜாஸ்பின் : மிட்ஸ் தட்டான் கண்டம் (தச்சூர்கோணம் கிளஸ்டர்)

திருமதி.ஷகிலா : தைலம் தயாரிக்க எத்தனை நாட்கள் பயிற்சி பெற்றீங்க?

திருமதி.ஷீலா ஜாஸ்பின் : 5 நாள்கள்

திருமதி.ஷகிலா : அப்படியா? பயிற்சி எங்கே வைத்து நடைபெற்றது?

திருமதி.ஷீலா ஜாஸ்பின் : மிட்ஸ் நிறுவனத்தில் வைத்து

திருமதி.ஷகிலா : பயிற்சி வகுப்பை துவக்கி வைத்தவர் யார்?

திருமதி.ஷீலா ஜாஸ்பின் : மேதகு ஆயர் வின்செண்ட் மார் பவுலோஸ்

திருமதி.ஷகிலா : தைலம் தயாரிக்க பயிற்சி அளித்தவர் பெயர் தெரியுமா?

திருமதி.ஷீலா ஜாஸ்பின் : திரு.குணசீலன் வைத்தியர்

திருமதி.ஷகிலா : நீங்கள் பயிற்சிக்கு செல்ல காரணம் என்ன?

திருமதி.ஷீலா ஜாஸ்பின் : இயற்கை மூலிகை மருத்துவத்தின் மீது கொண்ட பேராவல்

திருமதி.ஷகிலா : தைலம் தயாரிக்க வேண்டும் என்ற ஆர்வம் எப்படி ஏற்பட்டது?

திருமதி.ஷீலா ஜாஸ்பின் : இயற்கை மருத்துவத்தின் மீது கொண்ட ஆர்வம்

திருமதி.ஷகிலா : பயிற்சிக்கு வருவதற்கு முன்னால் என்ன தொழில் செய்து வந்தீர்கள்?

திருமதி.ஷீலா ஜாஸ்பின் : தையல் தொழிலினால் சிறு வருமானம் மட்டுமே கிடைக்கப்பெற்றது.

திருமதி.ஷகிலா : தையல் தொழில் இருக்கும் போதே மருத்துவத்தின் மீது எப்படி ஆர்வம் வந்தது?

திருமதி.ஷீலா ஜாஸ்பின் : மிட்ஸ் நிறுவனத்திலிருந்து கிடைக்கப்பெற்ற பயிற்சியினால் தைலம் தயாரிக்க ஆர்வம் ஏற்பட்டது. தைலம் தயாரிக்கும் தொழில் கற்றுக் கொண்டதால் இன்னும் கொஞ்சம் வருமானம் கிடைக்கும் என எதிர்பார்க்கின்றேன்.

திருமதி.ஷகிலா : தைலம் தயாரிக்க தேவைப்பட்ட மூலதனம் (ரூபாய்) எங்கிருந்து கிடைத்தது?

திருமதி.ஷீலா ஜாஸ்பின் : மிட்ஸ் தட்டான் கண்டம் குழுவிலிருந்து ரூ. 5000/- கடனாக பெற்றுக் கொண்டு தொழில் செய்யத் தொடங்கினேன்

திருமதி.ஷகிலா : தைலம் தயாரிக்க யாராவது உதவி செய்தார்களா?

திருமதி.ஷீலா ஜாஸ்பின் : ஆம். எனது கணவர், மாமியார் மற்றும் எனது குழந்தைகள்

திருமதி.ஷகிலா : தைலம் தயாரிக்க தேவைப்பட்ட மொத்த ரூபாய் எவ்வளவு?

திருமதி.ஷீலா ஜாஸ்பின் : 5000 ரூபாய்

திருமதி.ஷகிலா : ஒரு bottle - 100ml தைலம் விற்கும் விலை என்ன?

திருமதி.ஷீலா ஜாஸ்பின் : ரூ 100/-

திருமதி.ஷகிலா : தைலம் விற்றதால் கிடைத்த இலாபம் எவ்வளவு?

திருமதி.ஷீலா ஜாஸ்பின் : ரூ 1500/-

திருமதி.ஷகிலா : தயாரித்த தைலம் எங்கு சென்று விற்பனை செய்தீர்கள்?

திருமதி.ஷீலா ஜாஸ்பின் : பக்கத்து வீட்டு நபர்கள் மற்றும் மிட்ஸ் சுயஉதவிக்குழு உறுப்பினர்கள், எனது உறவினர்கள் வந்து வாங்கினார்கள்.

திருமதி.ஷகிலா : தொடர்ந்து இத்தொழிலைச் செய்வதற்கு விரும்புகிறீர்களா?

திருமதி.ஷீலா ஜாஸ்பின : ஆம்.

திருமதி.ஷகிலா : தைலம் தயாரித்து விற்றதால் என்ன நினைக்கிறீர்கள்?

திருமதி.ஷீலா ஜாஸ்பின் : வீட்டிலிருந்து குடும்பத்துடன் தைலம் தயாரித்து விற்பதால் குழு சேமிப்புக்கு ரூபாய் கிடைப்பது மகிழ்ச்சியாக இருக்கிறது. பயிற்சி தந்த மிட்ஸ் பொறுப்பாளர்களுக்கு நன்றி!.

திருமதி.ஷகிலா : இந்த பயிற்சி குறித்து நீங்கள் என்ன சொல்ல விரும்புறீங்க?

திருமதி.ஷீலா ஜாஸ்பின் : மூலிகை மருத்துவத்தின் நன்மையை உணரமுடிகிறது, நம் முன்னோர்கள் பயன்படுத்திய மூலிகை மருத்துவத்தை நாமும் பயன்படுத்தி நம் கிராமத்து மக்களையும் பயன்பெறச் செய்யலாம். வேலியில் வளரும் செடி மூலிகை குணம் கொண்டது என்பதை அனுபவிக்க முடிந்தது. முதலில் 3 லிட்டரில் எண்ணெய் காய்க்க முடிந்தது. அடுத்தடுத்து 15 லிட்டர் தைலம் தயாரிக்கலாம் எனவும் விரும்புகின்றேன். நாமும் நலம் பெற்று, நம்மைச் சார்ந்தவர்களையும் நலமுடன் வாழ வைக்க வாய்ப்பு தந்த மிட்ஸ் குடும்பத்திற்கு மனமார நன்றிகள்.

தொகுத்தவர்: **திருமதி. ஷகிலா**
அமைப்பாளர்

வாழ்க்கை

வாழ்க்கையில் எத்தனையோ பெரிய கஷ்டங்கள்,
நஷ்டங்கள், துன்பங்கள், துயரங்கள்
இவையெல்லாம் வந்தாலும் . . . .

ஊக்கப்படுத்தவும் உன்னால் முடியும் என்று
கூறவும் ஒரு உறவு இருந்தாலே போதும்.
நம்மிடம் தோல்வி கூட தோற்றுப்போகும் . . . !

இதய அஞ்சலி

மண்ணில்
17-12-1936

விண்ணில்
21-04-2025

திருத்தந்தை பிரான்சிஸ்

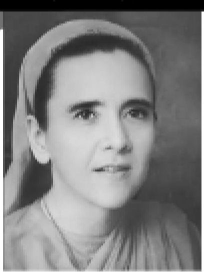
அகில உலக கத்தோலிக்க திருஅவையின் தலைவராய், விளிம்புநிலை மக்களின் ஒட்டுமொத்த வளர்ச்சிக்கு உற்ற தூதராய், தூதுரைப்பயணங்கள் எளிமையோடு பலமேற்கொண்டு, ஆடம்பர வாழ்வை தவிர்த்து, புன்னகையை பூந்தோட்டமாக்கி, பல்வேறு தரப்பட்ட மக்களை இறைவனிடம் ஒன்றிணைக்கும் பாலமாய், இறை அனுபவங்களை வாழ்வாக்கி, உலக அமைதியை நிலைநாட்ட அல்பகல் முயன்று 21-04-2025 அன்று இம்மண்ணுலக வாழ்வை விட்டு விண்ணுலக வாழ்விற்குள் நுழைந்த எமது பாசமிகு திருத்தந்தை பிரான்சிஸ் அவர்களின் ஆன்மா இறைவனின் கரங்களில் நித்தமும் இளைப்பாற மிட்ஸ் குடும்பம் சார்பாக ஜெபிக்கின்றோம்.

மறைந்த திருத்தந்தை பிரான்சிஸ் அடிகளாரே

நீவீர் விட்டுச்சென்ற மறைதூது பயணப்பாதைகளின் வழியாக அடித்தட்டில் இடருறும் மக்களை நல்வாழ்விற்கு கொண்டு செல்ல விண்ணக ஆசீரை தந்திட, இறைவனிடம் நித்தமும் பரிந்துரைப்பீராக!!!

- மிட்ஸ் குடும்பம்

கடவுளின் ஊழியர்
அன்னை தீனதாசி பேத்றா



நிறுவனர், **தீனசேவன சபை**

பிறப்பு	:	14-06-1924
கன்னியர் இல்லம் சேர்ந்த நாள்	:	15-10-1946
நித்திய விரதம்	:	29-09-1958
தீனசேவன சபை நிறுவிய நாள்	:	01-06-1969
இறப்பு	:	05-06-1976
கடவுளின் ஊழியராக அறிவிப்பு	:	14-06-2009
கல்லறைத் திறக்கப்பட்ட நாள்	:	28-09-2012

முத்திபேறு பெற செபம்

என்றும் வாழும் எல்லாம் வல்ல இறைவா, எங்கள் அன்னை தீனதாசி பேத்றா அவர்களை கிறிஸ்தவ சீடத்துவ வாழ்வின் முன்மாதிரியாக தந்தமைக்காக நாங்கள் உமக்கு நன்றி செலுத்துகிறோம். ஏழைகளை ஏந்துவதற்காக எரிகின்ற மறைபரப்பு ஆர்வத்தை அன்னையில் நீர் நிறைத்தீர். அன்னை தன்னுடைய மதிப்பிலடங்கா வாழ்க்கையில் தூய்மையின் நாயகியாக வாழ்ந்து, ஏழைகளை அன்பு செய்கின்றவளும் அர்ப்பண பலிப்பொருளுமாகத் திகழ்ந்தாள். இயேசுவை முழு இதயத்தோடு பின்சென்று திருச்சபையின் மறைபரப்புப் பணியில் நம்பிக்கையுடன் செயல்பட்டார்.

உன்னத தந்தையே, எங்கள் அன்னை தீனதாசி பெத்றா திருப்பலிபீடத்தில் நினைவுகூரப்படுகின்ற புனிதையாக உயர்த்தப்பட்டு வணங்கவும், அதன் வழியாக கிறிஸ்தவர்களாகிய நாங்கள் பிறரன்பு பணியோடும், கிறிஸ்துவோடுள்ள இரக்கம் மிகுந்த அன்பினாலும் தூண்டப் படவும், அன்னையை முன்மாதிரியாக கொண்டு உம்முடைய வல்லமையால் நிரப்பவும் வேண்டுமென்று தாழ்மையுடன் வேண்டுகிறோம்.

நாங்கள் சிறப்பாக வேண்டுகின்ற இறையாசீரை (சிறப்பு வேண்டுதலை சமர்ப்பிக்கவும்) எங்கள் அன்னை தீனதாசி மேத்றாவின் பரிந்துரை வழியாக தந்தருளுமாறு தாழ்மையுடன் வேண்டுகிறோம். ஆமென்.

(1பர, 1அருள், 1திரி)

Imprimatur
† Rt. Rev. Dr. Alies Vadakkumthala
Bishop of Kannur

அருள் பெற்றவர்கள் நன்றிக் கடிதத்தை இந்த முகவரிக்கு அனுப்பவும்

The Postulator, DSS Generalate, Pattuvam, Kannur - 670 143, Kerala.
Tel : 0460 2220046, Mob: 95442 14709

ஆனந்தமான வாழ்க்கை வாழ ஆடம்பரம் தேவை இல்லை; அன்பானவர்கள் நம்முடன் இருந்தாலே போதும்.

9-ஆம் ஆண்டு இதயஞ்சலி!!!

மண்ணக நுழைவு
19-03-1966

விண்ணக நுழைவு
12-07-2016

Late G. ஆன்றணி செல்வராஜ்
அவர்களே

நீவீர் கடந்து வந்த பாதையில் கனவுகளை நிகழ்வுகளாக்கி, பாசத்தை பக்குவமாய் பொழிந்து, உழைப்பால் குடும்பத்தை வழிநடத்திய, எங்கள் குடும்ப தலைவருக்கு இதயப்பூர்வ அஞ்சலியைக் காணிக்கையாக்குகிறோம். உங்கள் ஆன்மா இறைவனின் கரங்களில் நித்தியமாய் இளைப்பாற ஜெபிக்கிறோம்!.

பிரிவால் வாழும்,
திருமதி. அல்போன்சா (மனைவி) மற்றும் குடும்பம்

சமூக ஊடகப் போதை

ஊடகமே ஊடகமே என் வாழ்வில்
ஏன் வந்தாய் ! எதற்காக வந்தாய் !
சிறிது சிறிதாய் ஏன்! என்னை ஆட்கொண்டாய்
ஏன்! சிந்தனையை மங்கவைத்தாய்
ஏன்! உன்னை பயன்படுத்த வைத்தாய்
சிட்டுக்குருவி போல பறந்த என் இளமையை
எதற்காக முடக்கி வைத்தாய்
பார்த்து பழகவேண்டிய சொந்த பந்தங்கள் உறவுகளை
எதற்காக உன்னை பயன்படுத்த வைத்தாய்
நிலவை காட்டி சோறு ஊட்டியதை மறந்து
எதற்காக உன்னை காட்டி சோறு ஊட்ட வைத்தாய்
பென்சில் பிடிக்க வேண்டிய பிஞ்சுக்கரங்களில்
எதற்காக உன்னை பிடிக்க வைத்தாய்
என்ன ஆச்சு (Whatsapp) என்று உழைக்க தெரியாத போது
எதற்காக அதில் என்னை மூழ்கடித்தாய்
வலையொளி (You Tube) என்ற ஒரு வலையை விரித்து
எதற்காக அந்த வலையில் சிக்க வைத்தாய்
படவரி (Instagram) என்ற புரியாத புதிராக இருந்து
எதற்காக உன்னிடம் மண்டியிட வைத்தாய்
தரவு தேடல் (Google) என்ற ஒரு பெயரை வைத்து
எதற்காக எல்லாவற்றிற்கும் உன்னிடம் தேட வைத்தாய்
இணையவழி விளையாட்டு (Online game)
உழைத்து முன்னேற வேண்டிய வயதில் விளையாடவைத்து
எதற்காக என் உயிருடன் விளையாடுகின்றாய்
முகநூலை (Face Book) வைத்து,
இளம் வயதில் (காதல்) வேண்டாம்
என்று முடிவெடுத்த உறவுகளை மீண்டும் பழகவைத்து
எதற்கு நன்றாக இருந்த குடும்ப வாழ்க்கையில்
சந்தேகத்தை ஏழ வைத்தாய்
வாழவேண்டிய வயதில் வாழவும் விடாமல்,
சாதிக்கத்தடையாக இருக்கும்
சமூக ஊடகமே நீ இனி என் வாழ்வில் வேண்டாம்

திருமதி. ஷீலா, CTWWC களப்பணியாளர்

உறவுகள் மனதை சந்தோஷமாக மாற்றும் மருந்து.

மிட்ஸ் நிறைவாழ்வு சங்கம்

மிட்ஸ் நிறைவாழ்வு சங்கத்தின் 2024-2025 ஆண்டிற்கான நிறைவாழ்வை நோக்கிய பயணத்தின் குழுக்களின் வளர்ச்சிக்கான கணக்கு சம்பந்தப்பட்ட தணிக்கையானது 09-04-2025 முதல் நடைபெற்றுக்கொண்டிருக்கிறது. 483 குழுக்களின் செயல்பாடுகளை ஆய்வு செய்வதற்காகவும், குழுக்களில் உறுப்பினர் சேமிப்பு, குழுக்கடன், கடன்நிலுவை ஆகியவற்றை ஆய்வு செய்வதற்காகவும், குழுக்களின் வரவு, செலவு கணக்குகளை தணிக்கை செய்வதற்காக மிட்ஸ் அமைப்பாளர்கள் தலைமையில் தணிக்கை (Audit) நடைபெற்றுக்கொண்டு இருக்கின்றது. அனைத்துக்குழுக்களிலுமுள்ள தலைவர், செயலர், பொருளர் முன்னிலையில் குழு சம்பந்தப்பட்ட அனைத்து ஆவணங்களுடன் மிட்ஸ் திட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர் மேற்பார்வையில் தணிக்கையானது நடைபெறுகின்றது.

களியக்காவிளை, மார்த்தாண்டம் மற்றும் நாகர்கோவில் பணிமண்டலங்களுக்குட்பட்ட இடங்களில் குழு பொறுப்பாளர்கள் எளிதாக வந்து செல்லும் வகையில் குறிப்பிட்ட இடங்களில் வைத்து தணிக்கை நடைபெற்று கொண்டிருக்கின்றது. மேலும், மிட்ஸ் திட்டங்களில் (கடனுதவி மற்றும் கல்விக்கடன், விருட்சம் கடன்) உள்ள பயனாளிகளின் கடனுதவிகளின் இருப்பு நிலைகளை பற்றியும் குழுவாக அறிய முடிகிறது. மட்டுமல்லாமல் அதிகம் லாபம் பெற்ற குழுக்களையும் குறைவான லாபம் பெற்ற குழுக்களையும் தணிக்கை வழியாக கண்டுணர முடிகிறது.

கோல்பிங்

கோல்பிங் இயக்கமானது 108 கோல்பிங் குடும்பங்களுடன் சிறப்பாக செயல்படுகிறது. 2024-2025-ம் ஆண்டிற்கான தணிக்கையானது 02-04-2025 முதல் 31-05-2025 வரையுள்ள நாள்கள் அந்தந்த பங்குத்தளங்களில் வைத்து 106 கோல்பிங் குடும்பங்களின் தலைவர், செயலர், பொருளர் மற்றும் உறுப்பினர்கள் முன்னிலையில் அவர்களின் சேமிப்பு கடன்கள் மற்றும் வட்டி சரிபார்க்கப்பட்டு ஒருங்கிணைப்பாளர், களப்பணியாளர்களால் கணக்கு புத்தகம் உறுப்பினர் சேமிப்பு புத்தகம், வங்கி கணக்குப் புத்தகம், கடன் மனு, செயலர் அறிக்கை, பொருளர் அறிக்கை, மாத அறிக்கை மற்றும் பில்கள் சரிபார்க்கப்பட்டு தணிக்கை செய்யப்பட்டது. தணிக்கைக்கான அனைத்து ஏற்பாடுகளையும் கோல்பிங் குடும்ப பொறுப்பாளர்கள் செய்திருந்தார்கள்.

கோல்பிங் மாங்கல்யத் திட்டம்

2024-2025-ம் ஆண்டிற்கான மாங்கல்யத் திட்டத்திற்கான உதவித்தொகை வழங்கும் நிகழ்வானது 15-04-2025 மிட்ஸ் திட்ட அலுவலர் திரு. ஷாஜன் ஜோசப் அவர்களின் தலைமையில் நடைபெற்றது. திட்ட பயனாளியாக புனித அந்தோணியார் கோல்பிங் குடும்பம் கிறிஸ்துவிளாகம் உறுப்பினர் திருமதி. விஜயா அவர்களின் மகள் S. ஆஷா அவர்களுக்கு கோல்பிங் மாங்கல்யம் திட்டத்திலிருந்து ரூ. 25000/- காசோலை வழங்கப்பட்டது.

உறவுகளுடன் செலவிடும் நேரம் வாழ்க்கையின் சிறந்த முதலீடு.

விருட்சம் என்ற நுண்கடன் திட்டம்

தளிர்கள் உலகம் மற்றும் விண்ணைத்தொடு திட்டம்

நடைபெற்ற சிறப்பு செயல்பாடுகள்

விபரம்	பயிற்சியாளர் / இடம்	மொத்த பயனாளிகள்	நாள்
வழிகாட்டுதல் பயிற்சி (12-ம் வகுப்பு)	திரு. ஆன்றோ சேவியர்	83	27.03.2025
வழிகாட்டுதல் பயிற்சி (10-ம் வகுப்பு)	திரு. ஆன்றோ சேவியர்	49	22.04.2025
ஊக்கமளித்தல் பயிற்சி (Motivation Programme 9 & 11)	அருட்தந்தை ஜெயசீலன், சலேசியன் சபை	49	03.05.2025
சுற்றுலா (Exposure Programme)	திருவனந்தபுரம் planetarium, மிருகக்காட்சிச் சாலை, சங்குமுகம் கடற்கரை	95	02.05.2025

மாணவர்கள் கற்றுக்கொண்டது

- செய்தித்தாள் மற்றும் பொது அறிவு நூல்களை வாசிக்க வேண்டும்.
- வேலைக்குத் தேவையான படிப்பை தேர்ந்தெடுப்பது எவ்வாறு
- வேலைவாய்ப்புகளுக்கான வழிகள்
- கல்லூரிகள் மற்றும் அதிக வேலைவாய்ப்பு கிடைக்கக்கூடிய இணையதள முகவரிகள்
- நிச்சயமாக வேலை கிடைக்கும் என்ற நம்பிக்கை
- எளிதாக வேலை கிடைக்கும் வழிமுறைகள்
- கல்வி எவ்வளவு பயனுள்ளது என்றும், விடாமுயற்சி, பொது அறிவு மற்றும் தன்னம்பிக்கை இருந்தால் இலட்சியத்தை அடையலாம்
- பிறரை ஏமாற்றாமல் வாழ்வது
- இலட்சியங்களுக்கு உறுதியான அடித்தளம் தேவை
- நான் மட்டும் உயர்ந்தால் போதாது, அடுத்திருப்பவரையும் உயர்த்த வேண்டும்.
- கோள்கள் உருவானதும், உயிரினங்கள் குறித்த அறிவுகள்

மற்றவர் மனதில் நம்பிக்கை என்ற விதையை விதைக்கும் பொழுது, தலைவர் பொறுப்பு உங்களைத் தேடி வரும்.

கோடைக்கால விடுமுறை பயிற்சி
"சமத்துவ மானுடம்"

தளிர்கள் உலகம் திட்டம் சார்பாக 7-ம் வகுப்பு மற்றும் 8-ம் வகுப்பு பயிலும் தளிர்கள் உலக திட்ட பயனாளிகளுக்கு 26-05-2025 முதல் 28-05-2025 வரை மூன்று நாள்கள் சமத்துவ மானுடம் என்ற தலைப்பில் உறைவிடப் பயிற்சி மிட்ஸ் அலுவலகத்தில் வைத்து நடைபெற்றது. பயிற்சியின் சிந்தனை துளிகள் ஆவன. . .

முதல் நாள் பயிற்சி (26-05-2025)

- அருட்தந்தை பரத், சலேசிய சபை அவர்களால் "சமத்துவம்" என்ற தலைப்பில் வகுப்பு நடத்தப்பட்டது.
- சமத்துவம் கருத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டு தாத்தா, பாட்டி, அப்பா, அம்மா, அண்ணன், தம்பி, தங்கை, பெரியம்மா, பெரியப்பா, மாமா, மாமி, சித்தி, சித்தப்பா ஆகியோர் வாழும் ஒரு கூட்டுக்குடும்பத்தில் மானுட சமத்துவம் எவ்வாறு நிகழ்ந்து கொண்டிருக்கிறது என்பதை மாணவர்கள் நடித்து காட்டினார்கள்.
- நாடகத்தில், பெரியவர்களாகிய ஆண்கள் செய்தித்தாள்கள் வாசிப்பதாகவும், பெண்கள் சமையல் வேலை செய்வதாகவும், குழந்தைகள் படிப்பதாகவும், விளையாடுவதாகவும் நிகழ்ச்சி நடத்தினார்கள்.
- குடும்பத்தில் பெண்களும் ஆண்களும் இணைந்து சமையல் மற்றும் வீட்டு வேலைகள் செய்தால் மகிழ்ச்சியாகவும், ஒருவருக்கொருவர் உதவி செய்பவர்களாகவும், விட்டுக்கொடுப்பவர்களாகவும், பாராட்டுபவர்களாகவும், பெண்களை மதிப்பவர்களாகவும் இருப்பார்கள். குழந்தைப் பருவத்திலிருந்தே இந்த சமத்துவ மானுடத்திற்கு முக்கியத்துவம் கொடுத்தால் செய்தித்தாள்களில் வரும் "55 வயதான நபர் 5 வயது குழந்தையை பாலியல் முறையில் தொந்தரவு செய்தல்" போன்ற நிகழ்வுகள் நடைபெறாது என்பதை இவ்வகுப்பு வாயிலாக குழந்தைகளுக்கு கற்றுக் கொடுக்கப்பட்டது.
- மாலையில் பண்டைக்கால நாட்டுப்புற விளையாட்டுகளை விளையாடி மகிழ்ந்தார்கள். மேலும் சாகித்திய அகாடமி விருதுபெற்ற மலர்வதி அவர்கள் புத்தகம் வாசிக்கும் கலையை திறமையுடன் கற்றுக் கொடுத்தார்கள்.

இரண்டாம் நாள் பயிற்சி (27-05-2025)

- காலை 7.00 மணிக்கு 2025-ஆம் ஆண்டு அருட்பொழிவு பெற்ற 8 அருட்தந்தையர்களால் திருப்பலி நிறைவேற்றப்பட்டது.
- மேடைப் பேச்சாளர் திருமதி. அபிஷா அஸ்வின் அவர்களால் வாழ்வியல் மதிப்பீடுகள் (Values of Life) என்ற தலைப்பில் வகுப்பு நடத்தப்பட்டது. இலட்சியத்தை அடைய என்ன செய்ய வேண்டும் என்றும், வாழ்க்கையில் எப்படி முன்னேறுவது என்பதைப் பற்றியும் கற்றுக்கொடுத்தார்கள்.
- பன்முக கலைஞர் திரு. அலோசியஸ் அவர்கள் தெரு நாடகங்களில் நிஜ நாடகம், எதார்த்த நாடகம், கொள்கை நாடகம் போன்றவை எவ்வாறு பண்டைகாலத்தில் நிகழ்த்தப்பட்டது என்று மாணவர்களுக்கு புரியும் விதத்தில் நடித்துக்காட்டி விவரித்தார்கள். வீதிகளில் நடிப்பதற்கு தேவையான குரல், உடல், கருத்து, உணர்வுகள், பொருள்கள் போன்றவற்றை எவ்வாறு தயாரித்துக் கொள்வது என்றும், நாடகம் நடிப்பது எப்படி என்றும் செய்முறை வாயிலாக கற்றுக் கொடுத்தார்கள்.
- குமரி மாவட்ட இயற்கை விவசாயி திரு. மைக்கிள் அவர்கள் விவசாயம் என்ற தலைப்பில் தன்னுடைய 15 வருட அனுபவத்தை மாணவர்களுடன் பகிர்ந்து கொண்டார்கள். இயற்கை விவசாயத்திற்கு வீட்டிலிருக்கும் உரங்கள், மீன் அமிலம், பழக்காடி, உலர்ந்த சாணி, ஆடு, கோழிக்கழிவுகள், மண்புழு உரம் போன்றவை பயன்படுத்தப்படவேண்டும் எனவும், மண்கலவை எவ்வாறு தயாரிக்க வேண்டும் எனவும் செய்முறை பயிற்சியாக சொல்லி கொடுத்தார்கள்.

விவசாய பயிற்சியின் இறுதியில் குழந்தைகளுக்கு 5 வகையான விதைகள் வழங்கப்பட்டன. கொடுக்கப்பட்ட விதைகளை மாணவர்கள் தங்கள் வீடுகளுக்கு கொண்டு சென்று, விதைத்து

வெற்றி பெறுபவர்கள் எப்போதும் மிகச்சிறந்த காரியங்களைச் செய்வதில்லை. அவர்கள் சாதாரண வேலையைக் கூட மிகச் சிறந்த முறையில் செய்கிறார்கள்.

இயற்கை உரங்களைப் பயன்படுத்தி காய்கறித் தோட்டம் அமைக்க வழிகாட்டப்பட்டது. இந்த பயிற்சி வழியாக இளம் வயதிலேயே இயற்கை விவசாயம் மற்றும் நஞ்சில்லா வேளாண்மையை குறித்த சிறந்த அறிவை மாணவர்கள் பெற்றுக்கொண்டார்கள்.

மூன்றாம் நாள் பயிற்சி (28-05-2025)

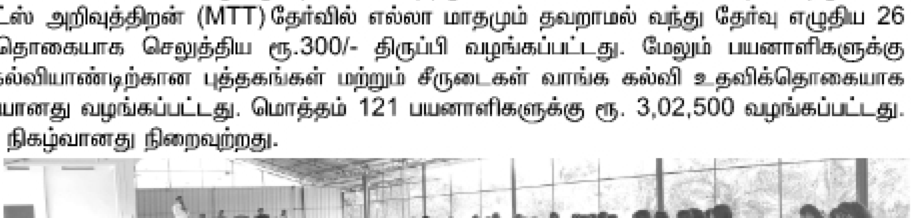
- ❖ பேராசிரியர் சேவியர்தாஸ் அவர்கள் குழந்தைகள் எப்படி படிக்க வேண்டும், வெற்றி அடைய என்ன செய்ய வேண்டும் (Study Method) என்பது பற்றி கதைகள், பாடல்கள், அனுபவ கருத்துக்கள் சொல்லி பிள்ளைகளை மிகவும் மகிழ்ச்சியான முறையில் உற்சாகப்படுத்தினார்கள்.

- ❖ எல்லா நாள்களிலும், காலையில் திருப்பலியும், இரவில் செபமாலை மற்றும் நற்கருணை மன்றாட்டு ஆகியவை நடைபெற்றது.
- ❖ அனைத்து நாள்களும் காலையில் யோகா பயிற்சி, மூச்சுப்பயிற்சி, உடற்பயிற்சி ஆகியவை திருமதி.சுனி ஆசிரியை அவர்களால் பயிற்றுவிக்கப்பட்டது.
- ❖ பயிற்சியின் இறுதியில் பங்குகொண்ட 42 தளிர்கள் உலகம் திட்ட பயனாளிகளுக்கும் நினைவுப்பரிசு வழங்கப்பட்டது.
- ❖ பயிற்சியில் அனைத்து மாணவ, மாணவிகளும் ஆர்வத்துடனும், ஆனந்தமாகவும், சுறுசுறுப்புடனும் கலந்துகொண்டு, ஒருவருக்கொருவர் பாரபட்சமற்ற முறையில் ஒருங்கிணைந்து மானுட சமத்துவம் என்ற உறைவிடப் பயிற்சியை சிறப்புறச் செய்தார்கள்.

இதற்கான அனைத்து ஏற்பாடுகளையும் மிட்ஸ் இயக்குநர் தலைமையில் திட்ட அலுவலர், திட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர், தளிர்கள் உலகம் திட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர் மற்றும் அலுவலக பணியாளர்கள் அனைவரும் இணைந்து செய்தார்கள். அனைத்து நாள்களும் காலை உணவு, தேநீர், மதிய உணவு, இரவு உணவு, ஆகியவை நன்கு சுவையான முறையில் மிட்ஸ் பணியாளர்களால் மாணவர்களுக்கு பரிமாறப்பட்டன.

கல்வி உதவித்தொகை வழங்குதல்

தளிர்கள் உலகம் திட்ட பயனாளிகளுக்கு கல்வி உதவித்தொகை வழங்கும் நிகழ்வானது 28-05-2025 அன்று மிட்ஸ் கலை அரங்கில் வைத்து மதியம் 2.00 மணிக்கு மிட்ஸ் இயக்குநர் அருட்தந்தை முனைவர் ஜெறோம் அவர்கள் தலைமையில் நடைபெற்றது. மாணவி சஞ்சனா அவர்கள் சமத்துவ மானுடம் என்ற தலைப்பில் மூன்று நாள்கள் நடைபெற்ற உறைவிட பயிற்சியின் அறிக்கையை தொகுத்து வழங்கினார். நிகழ்வில் கலந்துகொண்ட தாய்மார்களுக்கு மார் எப்ரேம் பொறியியல் கல்லூரியின் பேராசிரியர் திரு.லியோ பிறைட் சிங் அவர்கள் ஒருமணி நேரம் பாலியல் சமத்துவம் என்ற தலைப்பில் கருத்தரங்கு நடத்தினார்கள். தொடர்ந்து மிட்ஸ் திட்ட அலுவலர் திரு.ஷாஜன் ஜோசப் அவர்கள், தளிர்கள் உலகம் திட்ட மாணவர்களுக்கு ஒவ்பொரு மாதமும் சிறப்பு வகுப்புகள், சிறப்பு பயிற்சிகள், உறைவிடப்பயிற்சிகள், கொண்டாட்ட நிகழ்வுகள், திறன்வளர் பயிற்சிகள், விளையாட்டு போட்டிகள், அறிவுத்திறன் தேர்வுகள் போன்றவை மிட்ஸ் வழியாக வழங்கப்பட்டு வருகின்றன. இந்த பயிற்சிகள் இத்திட்டத்தில் பயன்பெறும் மாணவர்கள் பல்வேறு துறைகளில் சிறந்து விளங்க காரணமாக அமைகிறது என வாழ்த்தினார்கள். பின்னர் மிட்ஸ் அறிவுத்திறன் (MTT) தேர்வில் எல்லா மாதமும் தவறாமல் வந்து தேர்வு எழுதிய 26 மாணவர்களுக்கு, கட்டணத்தொகையாக செலுத்திய ரூ.300/- திருப்பி வழங்கப்பட்டது. மேலும் பயனாளிகளுக்கு பயன்படும் வகையில் புதிய கல்வியாண்டிற்கான புத்தகங்கள் மற்றும் சீருடைகள் வாங்க கல்வி உதவித்தொகையாக ரூ. 2,500-க்கான காசோலையானது வழங்கப்பட்டது. மொத்தம் 121 பயனாளிகளுக்கு ரூ. 3,02,500 வழங்கப்பட்டது. இறுதியில் தேசிய கீதத்துடன் நிகழ்வானது நிறைவுற்றது.



குடும்பம் வாழ்வுபெறல் திட்டம்

பெற்றுக்கொள்வதில் மட்டுமல்ல இன்பம், பகிர்வும் மிகப்பெரிய இன்பம் என்று உணர்த்திய திருமதி. உஷா குடும்பம்

மிட்ஸ் பல திட்டங்களை ஏழை எளிய மக்களின் நலனுக்காக மிகவும் சிறந்த முறையில் செயல்படுத்தி வருகிறது. அதில் குடும்பம் வாழ்வுபெறல் திட்டத்தில் 81 குடும்பங்கள் பயன்பெற்று வருகின்றனர். இந்த பயனாளிகளில் ஒரு திருப்புமுனையாக செயல்பட்ட, ஒரு முன்மாதிரி குடும்பம் திருமதி. உஷா குடும்பம். இவர்கள் மங்காடு ஆலயம் மற்றும் மிட்ஸ் சுயஉதவி குழுவில் உறுப்பினராக உள்ளார்கள். திருமதி. உஷா அவர்கள் முந்திரி ஆலையில் தினக்கூலி வேலை செய்தும் அவரது கணவர் தனியார் கல்விக்கூடத்தில் பாதுகாப்பு பணியாளராகவும் பணியாற்றி குடும்பத்தை பாதுகாத்து மகிழ்ச்சியோடு வாழ்ந்து வந்தார்கள். எதிர்பாராமல் ஏற்பட்ட கணவரின் நோயின் காரணமாக குடும்பம் பொருளாதாரத்தில் மிகவும் பின்னடைந்தது. இத்தருணத்தில் இக்குடும்பம் "மிட்ஸ் குடும்பம் வாழ்வுபெறல் திட்டத்தில்" பயனாளியாக தேர்வு செய்யப்பட்டது. பின்னர், இத்திட்டத்தின் வழியாக கிடைத்த உதவித் தொகையில் ஆடு வளர்த்தல் தொழிலை நல்ல முறையில் செய்து வந்தார்கள். இத்தொழிலானது அவர்களுக்கு பயனுள்ள முறையில் அமைந்ததால், தொழில் வழியாக, தான் பெற்ற இன்பத்தை உதவிக்காக ஏங்கும் இன்னொரு குடும்பத்திற்கு உதவிக்கரம் நீட்ட முன் வந்தார்கள். ஆகவே, தான் வளர்த்து வந்த ஆட்டின் ஓர் ஆட்டுக்குட்டியை கொடுக்க தீர்மானித்தார்கள். அப்படியாக விண்ணைத் தொடு திட்டத்தின் பயனாளியான கோணம் பகுதியை சார்ந்த திருமதி. ரெமி குடும்பம் இவ்வுதவியைப் பெற தேர்வுசெய்யப்பட்டது. இந்த ஆட்டுக்குட்டியை வழங்கிய நிகழ்வானது 18.03.2025 அன்று மிட்ஸ் வளாகத்தில் வைத்து மார்த்தாண்டம் மறைமாவட்ட மேதகு ஆயர் வின்சென்ட் மார் பவுலோஸ் ஆண்டகையின் தலைமையில் நடத்தப்பெற்றது. ஆட்டினை பெற்றுக்கொண்ட திருமதி. ரெமி குடும்பமானது திருமதி. உஷா குடும்பத்திற்கு மனமார்ந்த நன்றியை கூறிக்கொண்டார்கள். மேலும் திருமதி. ரெமி அவர்கள் தான் பெற்றுக்கொண்ட ஆட்டுக்குட்டியை வளமாக்கிக் கொண்டு தனக்கு கிடைக்கும் இன்னொரு ஆட்டுக்குட்டியை இனி ஒரு குடும்பத்திற்கு கொடுக்கலாம் என உறுதியளித்தார்கள். இந்நிகழ்வானது குடும்ப வாழ்வு பெறும் திட்ட பயனாளிகளுக்கு தனக்கு கிடைத்த நன்மைகள் வழியாக பிறருக்கு உதவிசெய்ய வேண்டும் என்ற மனப்பக்குவத்தை ஏற்படுத்தியது. மேலும் உதவிகள் பெற்றுக்கொள்வது மட்டுமல்ல உதவிகள் கொடுக்கவும் நாம் அழைக்கப் பட்டவர்கள் என்று இந்நிகழ்வு உணர்த்தியது.

மகிழ்ச்சியான குடும்பம் எதையும் சமாளிக்கும்.

குடும்பம் வாழ்வுபெறல் திட்டத்திலிருந்து நிதி உதவி வழங்குதல்

மார்த்தாண்டம் மறைமாவட்டத்தின் சமூகசேவை நிறுவனமான மிட்ஸில் செயல்படுகின்ற குடும்பம் வாழ்வுபெறல் திட்டத்தின் வழியாக தொழில் செய்வதற்கான நிதி உதவி வழங்கும் நிகழ்வானது மார்ச் மாதம் 18-ம் நாள் 2025 அன்று மார்த்தாண்டம் மறைமாவட்ட மேதகு ஆயர் வின்செண்ட் மார் பவுலோஸ் ஆண்டகையின் தலைமையில் நடைப்பெற்றது. இத்திட்டத்தில் பயன்பெறும் 70 பயனாளிகளுக்கு பல்வேறு தொழில் செய்வதற்காக காசோலையானது வழங்கப்பட்டது. இந்நிகழ்விற்கு மிட்ஸ் இயக்குநர், திட்ட அலுவலர் மற்றும் ஒருங்கிணைப்பாளர் கலந்துகொண்டு சிறப்பித்தார்கள். மேலும் இத்திட்டத்திலிருந்து ஆறு வருடங்கள் உதவி கிடைத்த 11 பயனாளிகளுக்கு வங்கிக்கணக்கு முடிப்பதற்கான காசோலை கொடுக்கும் நிகழ்வும் அன்றையதினம் மதியம் 2.00 மணிக்கு நடத்தப்பட்டது. நிகழ்வில் பயனாளிகளான திருமதி. ஷைலா பெருவழிகடவு மற்றும் ஈஸ்வரி கள்ளிக்குளம் ஆகியோர் இத்திட்டத்தின் வழியாக பெற்றுக்கொண்ட அனுபவங்களை அனைவர் முன்னிலையிலும் நன்றியுணர்வுடன் பகிர்ந்து கொண்டார்கள். இந்நிகழ்வானது மிட்ஸ் இயக்குநர் தலைமையில் நடத்தப்பட்டது.

மிட்ஸ் மரியன் இயக்கம்

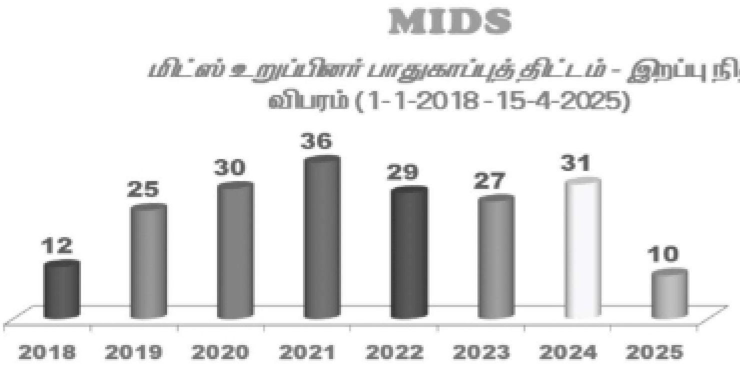
மிட்ஸ் மரியன் இயக்க திட்டமானது மிகவும் சிறப்பான முறையில் நடைபெற்று வருகிறது. இதன் பயனாளிகளுக்கு மார்ச் மாதம் 2025 அன்று தொழில் செய்வதற்காக கடனுதவியானது பலதரப்பட்ட தொழில்கள் செய்வதற்காக கொடுக்கப்பட்டது. (அதாவது ஆடுவளர்த்தல், பெட்டிக்கடை, பால் விற்பனை, துணி விற்பனை போன்றவை) மரியன் திட்டத்தின் ஒருங்கிணைப்பாளர் அனைத்து பயனாளிகளின் வீடுகளுக்கும் சென்று அவர்களால் துவங்கப்பட்ட தொழில்களை பார்வையிட்டு வருகின்றார்கள். மேலும் திட்டத்தின் மாதாந்திர கிளஸ்டர் கூட்டங்களும் நடத்தப்பட்டு வருகிறது. இக்கூட்டங்களில் வீடு மற்றும் உடைகள் சுத்தம் செய்தல், போதைப்பொருட்களின் தாக்கம், நெகிழியின் தாக்கம், புற்றுநோய்க்கு எதிரான விழிப்புணர்வு போன்ற வகுப்புகளானது கொடுக்கப்பட்டு வருகின்றது. இவ்வாறாக இவ்வியக்கமானது சிறப்பான முறையில் செயல்பட்டு வருகிறது.

திருமதி. விஜிலா
நடைக்காவு கிளஸ்டர்

உறவுகள் இருக்கும் இடத்தில், மனதில் பயம் இருக்காது.

மிட்ஸ் உறுப்பினர் பாதுகாப்புத்திட்டம் (MIDS MMWS)

மிட்ஸ் செயல் திட்டங்களில் ஒன்றான மிட்ஸ் உறுப்பினர் பாதுகாப்புத்திட்டம் 2018-ஆம் ஆண்டு 7006 உறுப்பினர்களை கொண்டு துவங்கி, 2025 ஆண்டு 8577 உறுப்பினர்களுடன் செயல்பட்டு வருகிறது. இத்திட்டத்திலிருந்து உறுப்பினர் இறந்தால் வாரிசுக்கு 2018-ஆம் ஆண்டு முதல் 2024-ஆம் ஆண்டு வரையிலும் ரூபாய் 10,000 காசோலை வழங்கப்பட்டது. தற்போது 2025-ஆம் ஆண்டு முதல் இத்திட்டத்திலிருந்து ரூபாய் 12,500 காசோலை வழங்கப்படுகிறது. மேலும் 01-01-2018 முதல் 15-04-2025 வரை இதன் உறுப்பினராக இருந்து மரணம் வாயிலாக சுயஉதவிக் குழுக்கள் மற்றும் கோல்பிங் குடும்பங்களை விட்டு பிரிந்தவர்களின் எண்ணிக்கையானது 200 நபர்கள். இதனுடைய புள்ளி விபர வரைபடம் கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ளது.



ஏப்ரல் மாதம் 15-ம் தியதிக்கு பிறகு மிட்ஸ் உறுப்பினர் பாதுகாப்புத் திட்டத்தில் உறுப்பினராக இறந்த 9 நபர்களின் வாரிசுக்கு ரூ. 12,500/- வைத்து ரூ. 1,12,000/- வழங்கப்பட்டது. விபரம் கீழ் குறிப்பிட்டுள்ளன.

மிட்ஸ் உறுப்பினர் பாதுகாப்பு திட்டம்

வ. எண்	இறந்த உறுப்பினர் பெயர்	வாரிசுத்தாரர் பெயர்	குழுப்பெயர்
1.	சுமதி	T. அஜி	புனத்துவிளை குழு
2	ஓமனா	குஞ்சு செறுக்கன்	மிட்ஸ் நவோதையா
3	எமிலி பாய்	ஸ்டெல்லா மேரி	நெடியதறவிளை
4	மேரி ஸ்டெல்லா	பிரான்சிஸ் சேவியர்	அக்கிவிளை குழு
5	லீலா	ஷீலா	மிட்ஸ் தாணிவிளை
6	மரிய செல்வம்	சகாயராஜ்	மிட்ஸ் மஞ்சதோப்பு காலனி IV
7	சரோஜினி	லாசர்	முரியவிளாகம்
8	ஞான செல்வம்	பிறைட்லி அயர்வின்	பரணிமாவிளை
9	அம்மு	கொச்சு செறுக்கன்	கோட்டவிளை I

பிற நிகழ்வுகள்

- 20.03.2025 அன்று மிட்ஸ் மற்றும் சுரேஷ் கண் மருத்துவமனை இணைந்து இலவச கண் மருத்துவ முகாமினை புன்னமூட்டுக்கடை பகுதியில் வைத்து நடத்தியது. மிட்ஸ் இயக்குநர் அருட்தந்தை முனைவர். ஜெறோம் அவர்கள் மருத்துவ முகாமினை துவங்கி வைத்தார்கள். இந்த முகாமில் புன்னமூட்டுக்கடை சுற்றுவட்டார பகுதிகளை சேர்ந்த சுயஉதவி குழு உறுப்பினர்கள், குடும்ப கோல்பிங் உறுப்பினர்கள், மிட்ஸ் பயனாளிகள் மற்றும் பொதுமக்கள் என மொத்தம் 107 நபர்கள் கலந்துகொண்டு பயன்பெற்றனர்.

- 30.03.2025 அன்று ஆற்றூர், மரியகிரி, மிட்ஸ் அலுவலகம், மற்றும் மிட்ஸ் மண்டல அலுவலகம் ஆகிய பகுதிகளில் வைத்து நடத்தப்பட்ட மிட்ஸ் அறிவுத்திறன் தேர்வுகளில் தளிர்கள் உலகம் பயனாளிகளான 130 மாணவர்கள் கலந்துகொண்டு தேர்வு எழுதினர்.

குடும்பம் உடனே நம்மை காக்கும் கடவுள்.

சென்ற இதழின் தொடர்ச்சி

புற்றுநோய் விழிப்புணர்வு தின நிதிதிரட்டல் - 2025
மிட்ஸ் மார்த்தாண்டம் பணி மண்டலம்

நாகர்கோவில் I

1	டாலியா அழகர்கோணம்	1500
2	அழகுமலர் அழகர்கோணம்	1820
3	மிட்ஸ் அன்னா	2000
4	மிட்ஸ் இன்பென்ட் ஜீசஸ்	1315
5	பொன்மலர் தேனிக்குளம்	2000
6	மிட்ஸ் றாயல்	1450
	மொத்தம்	**10085**

மார்த்தாண்டம்

1	மிட்ஸ் நெடுவிளை	1940
2	மிட்ஸ் இறஞ்சிலி	1200
3	பொற்றவிளை	930
4	கோணம் I	815
5	அக்கிவிளை	1070
6	மாமூட்டுக்கடை	500
7	கோணம் II	1800
8	மிட்ஸ் சிறியக்காட்டுவிளை	820
9	கல்லுவிளை	1245
10	சாத்தச்சிவிளை II	4220
11	மிட்ஸ் வின்னேர்ஸ்	400
12	மிட்ஸ் குழிவிளை	704
13	கோவில்விளை	960
14	மிட்ஸ் மலையரம்	1000
15	மிட்ஸ் பம்மம்	710
16	மிட்ஸ் தீபம்	500
17	மிட்ஸ் இன்பென்ட் ஜீசஸ்	1200
18	வண்ணான்விளை	820
19	மிட்ஸ் கல்லறவிளை	2771
20	கணியன்விளை	1857
21	பன்னிமான்தோட்டம்	1400
22	மிட்ஸ் பறம்புவிளை	1350
23	மிட்ஸ் கிறிஸ்துராஜா	7535
24	மிட்ஸ் எழில்	1290
25	பண்டாரவிளை	1720
26	வட்டவிளை	6000
27	தச்சன்விளாகம்	760
	மொத்தம்	**45517**

தச்சூர்கோணம்

1	தச்சூர்கோணம்	849
2	ஸ்டார் ஜவறத்தோட்டம்	1500
3	மிட்ஸ் ஜவறத்தோட்டம்	1977
4	மிட்ஸ் நிலா	500
5	மிட்ஸ் வட்டவிளை	5750
6	குஞ்சால்விளை	1400
7	மானாங்காணி	2970
8	மிட்ஸ் அபினயா	2050
9	மிட்ஸ் நெடுங்குளம்	2200
10	மிட்ஸ் காவூர்கோணம்	810
11	மிட்ஸ் சென்மேரிஸ்	500
12	மிட்ஸ் தச்சூர்கோணம்	1600
13	மிட்ஸ் சென்தோமஸ்	1450
14	மிட்ஸ் சாண்டிப்பாறை	1000
15	மிட்ஸ் கண்ணையர்	1140
16	மிட்ஸ் பந்தல்விளை	1165
17	சென்ட் ஜார்ஜ்நகர்	3400
18	மிட்ஸ் தட்டான்கண்டம்	1000
19	முகவூர்	2005
20	தட்டன்விளாகம்	1920
21	மிட்ஸ் ஸ்னேக சிவலோகம்	2000
22	மிட்ஸ் பிலாவிளை	590
	மொத்தம்	**37776**

உண்ணாமலைக்கடை

1	மிட்ஸ் சென்ஜோசப்	1400
2	மிட்ஸ் கண்ணனூர்	2400
3	மிட்ஸ் சகாய அன்னை	1500
4	மிட்ஸ் ஆரோன்	2400
5	மிட்ஸ் அமல மாதா	1500
6	மேலவிளை	2000
7	மிட்ஸ் பனிமயமாதா	1550
8	மிட்ஸ் புதயல்	1150
9	மிட்ஸ் முல்லை	500
10	மிட்ஸ் நாவல்	475

11	மிட்ஸ் கிறிஸ்டல்	620
12	மிட்ஸ் செருப்பாலூர்	2000
13	மிட்ஸ் டோண் போஸ்கோ	2650
14	மிட்ஸ் சியோன்மலை	2190
15	மிட்ஸ் டாலியா புத்தன்தேரிவிளை	1535
16	மிட்ஸ் பூந்தோப்பு	2060
17	மிட்ஸ் துலவிளை	1500
18	மிட்ஸ் முளங்கூட்டுவிளை	1810
19	மிட்ஸ் வள்ளிக்காட்டுவிளை	1170
20	மிட்ஸ் விறாலிக்காடு	1000
21	மிட்ஸ் இதயமலர்	4100
22	மிட்ஸ் வாரிக்காவிளை	850
23	மிட்ஸ் கோல்டன் பிளவர்	750
24	மிட்ஸ் பிச்சன்விளை	1020
25	மிட்ஸ் வானவில்	1160
26	மிட்ஸ் நன்னீர்	1200
27	மிட்ஸ் ஆனையடி II	945
28	மிட்ஸ் ஆனையடி I	1100
29	மிட்ஸ் மதர் தெரசா	1900
	மொத்தம்	**44435**

புற்றுநோய் விழிப்புணர்வு நிதிதிரட்டலில் கிளஸ்டர்களில் முதன்மையான நிதிதிரட்டிய குழித்துறை கிளஸ்டர் மற்றும் குழு சார்பாக அதிக நிதி திரட்டிய குயின் பதுத்திவிளை குழு உறுப்பினர்களுக்கும் அமைப்பாளருக்கும், மிட்ஸ் சார்பாக இதயம் கனிந்த வாழ்த்துகள் நன்றிகள்!!!

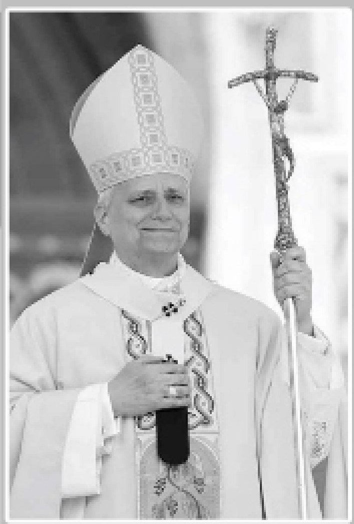
புற்றுநோய் விழிப்புணர்வு
மற்றும் நிதி திரட்டல் நிகழ்விலும்
கலந்து ஒத்துழைத்த
தன்னார்வ நல்லுள்ளங்களுக்கு
மிட்ஸ் நிறுவனத்தின் சார்பாக
உளமார்ந்த நன்றி
இவண்,
இயக்குநர், மிட்ஸ்

- முற்றும்

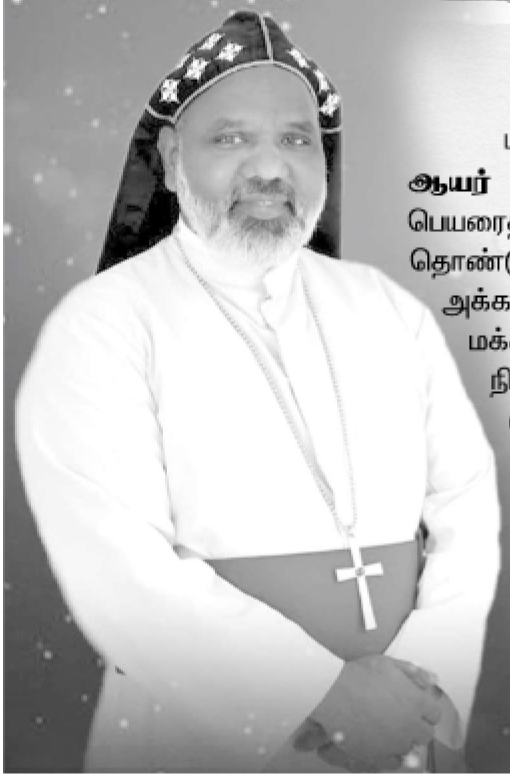
குடும்ப உறவுகள் கனிவாக இருந்தால் வாழ்க்கை இனிமை.

வாழ்த்துகிறோம்!

திருத்தந்தை பதிநான்காம் லியோ



அகில உலக திருஅவையின் 267-ஆவது திருத்தந்தையாய் 8-05-2025 முதல் கத்தோலிக்க திருஅவையின் தலைமைப்பீடத்தை அலங்கரித்துக்கொண்டு இறையாட்சி கனவுகளை இறைப்பணியோடும், சமூகப்பணியோடும் மக்களை வழிநடத்தவிருக்கும் **திருத்தந்தை பதிநான்காம் லியோ** அவர்கள் இறையாட்சியின் விழுமியங்களை இப்பாரினில் விதைத்தும், அன்பு, அமைதி, எளிமை என்றும் ஆயுதத்தை கையில் ஏந்தியும், ஏழை, எளிய மக்களிடையே இருள் சூழ்ந்த இடங்களில் சமூக நீதியை நிலைநாட்டவும், அமைதியையும், ஒற்றுமையையும் ஏற்படுத்திடவும் மக்களின் ஆன்மீக வளர்ச்சியோடு, மறைபரப்புத் தளங்களில் இறைப்பணியாற்றிட இருக்கும் திருத்தந்தை அவர்களுக்கு மிட்ஸ் குடும்பம் சார்பாக இன்முகத்தோடு வாழ்த்தி, இறையரசின் கனவுகளை நனவாக்கிட ஜெபிக்கின்றோம்.



நாமவிழா (29-06-2025)

மார்த்தாண்டம் மறைமாவட்டத்தின் மேய்ப்பு பணியாற்றும் **மேதகு ஆயர் வின்சென்ட் மார் பவுலோஸ்** நல்லாயரே, தூய பவுலடியாரின் பெயரைத்தாங்கி திருத்தூது பணியாற்றும் நீவிர் திரு ஆட்சிப்பீடத்தைத் தொண்டுள்ளத்தால் அலங்கரிக்கின்றீரே! உமது நாமவிழாவில் நாங்கள் அக்களிக்கின்றோம். உமது தலைமை அடித்தட்டில் வாழும் விளிம்பு நிலை மக்களின் ஒருங்கிணைந்த வளர்ச்சிக்காக அமைந்துள்ளது. மிட்ஸ் நிறுவனத்தின் தலைவராய் மக்களை வழிநடத்தும் கரங்களுக்கு வலுவூட்டுகின்றீரே. உம்மை வாழ்த்துகின்றோம். நீவீர் உடல் மற்றும் ஆன்மீக நலத்துடன் இறைபணியாற்ற சிறப்பாக செபித்து, மிட்ஸ் இயக்குநர் மற்றும் மிட்ஸ் பணியாளர்கள் சார்பாக இனிய நாமவிழா நல்வாழ்த்துக்களை தெரிவித்துக் கொள்கிறோம்.

இறைப்பணி சிறக்க நல்வாழ்த்துகள்.

உறவுகளின் அன்பு கடலென அளவற்றது.

ஆங்கிலச் சொல் இணையான தமிழ்ச்சொல் எழுதுக

1. Waxing of Moon -
2. Bill -
3. Flavor -
4. Sled -
5. Grip -
6. Blender -
7. Raincoat -
8. Tag -
9. Overpass -
10. Note Book -
11. Zipper -
12. Pursue -
13. Lumber -
14. Super strore -
15. Hitch -
16. Sole -
17. Margo tree -
18. Black night greens -
19. Palm -
20. Quail -

தயாரிப்பு : **Jesus Publication**

குறிப்பு : சரியான பதில் எழுதும் நபருக்கு குலுக்கல் முறையில் தேர்வு செய்து தக்க பரிசு வழங்கப்படும். விடைகள் வந்து சேர வேண்டிய கடைசி நாள் 2025 ஆகஸ்ட் 12. பின்வரும் விடைகள் நிராகரிக்கப்படும். புத்தகத்தின் இந்த பக்கத்தின் விடைகளை எழுதி கத்தரித்து தபாலில் அல்லது அமைப்பாளர் வழியாக அனுப்பவும். நகல் அனுப்பினால் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட மாட்டாது.

முகவரி : ஆசிரியர், ஐக்கியச்சுடர், மிட்ஸ் அலுவலகம், இடைவிளாகம், கழுவன்திட்டை, குழித்துறை அஞ்சல், கன்னியாகுமரி மாவட்டம் - 629 163, தமிழ்நாடு.

வாசகர் கவனத்திற்கு

மிட்ஸ் ஐக்கிய சுடர் இதழில் தங்களின் படைப்புகள் வரவேற்கப்படுகின்றன. மேலும் இவ்விதழில் தங்களின் விளம்பரங்கள் வெளியிட விரும்பினால், அதற்கான விபரங்கள் கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ளன

விளம்பரம்

இதழின் கடைசிப் பக்கம்

முழுப்பக்கத்திற்கு கட்டணம் (கலர்) Rs.2500
அரைப்பக்கத்திற்கு கட்டணம் (கலர்) Rs.1250

இதழின் முதல் பக்கத்தின் உள்பகுதிக்கு

முழுப்பக்கத்திற்கு கட்டணம் (கலர்) Rs.2000

இதழின் கடைசி பக்கத்தின் உட்பக்கம்

அரைப்பக்கத்திற்கு கட்டணம் (கலர்) Rs.750
முழுப்பக்கத்திற்கு கட்டணம் (கலர்) Rs.1500

பிறந்தநாள் மற்றும் திருமண வாழ்த்துகள்

காற்பக்க கட்டணம் Rs.250
அரைப்பக்கத்திற்கு கட்டணம் Rs.500
முழுப்பக்கத்திற்கு கட்டணம் Rs.1000

விளம்பரங்கள் வெளியிட விரும்புவர்கள் மிட்ஸ் அலுவலகத்தை அணுகுமாறு கேட்டுக்கொள்கிறோம். மேலும் தங்களின் சொந்த படைப்புகள் மற்றும் விமர்சனங்களை கீழ்கண்ட முகவரிக்கு அனுப்பி வைக்குமாறு கேட்டுக்கொள்கிறோம்.

மிட்ஸ் அலுவலகம்
இடைவிளாகம் - கழுவன்திட்டை, குழித்துறை அஞ்சல், கன்னியாகுமரி மாவட்டம் - 629 163
Email:midsmarthandam@gmail.com Website:mids.org.in
Ph : 263390, 295690

குடும்பம் என்பது கடவுள் நமக்காக பூமியில் ஏற்பாடு செய்திருக்கும் சொர்க்கம் அதை சொர்க்கமாக்குவதும் நரகமாக்குவதும் நம்முடைய செயல்களில்தான் இருக்கிறது.

பிறந்தநாள் வாழ்த்துகள்
Happy Birthday
உங்கள் உள்ளம் அன்பால் நிறையட்டும்
உங்கள் உதடுகளில் புன்னகை மலரட்டும்
உங்கள் வெற்றிகள் உங்களை முத்தமிடட்டும்
இனிய பிறந்த நாள் வாழ்த்துக்கள்.
நல்ல சுகத்தோடும் நீண்ட ஆயுளோடும்
புன்னகை நிறைந்த முகத்தோற்றத்தோடும்
மனம் நிறைந்த மகிழ்ச்சியோடும் இருக்க
இனிய பிறந்தநாள் வாழ்த்துக்கள்.
பிறப்பு என்பது ஒருமுறைதான் நிகழும்
ஆனால் பிறந்தநாள் என்பது ஒவ்வொரு
ஆண்டும் நகரும் நலமோடு வாழ இனிய
பிறந்தநாள் நல்வாழ்த்துக்கள்.
B. தர்ஷித்
04-05-2025
J.B. ஜெஸ்பினா
22-06-2025
B. தர்ஷிகா
30-05-2025

வாழ்த்துகிறோம்.
தேசிய அளவில்
ஒடிசா மாநிலத்தில் நடைபெற்ற
14 வயதிற்குட்பட்ட
வாள் வீச்சு விளையாட்டுப் போட்டியில்
வெற்றி பெற்று, வெண்கல பதக்கம் பெற்ற
எமது மகன்
R.C. ரெக்ஸ்லின் ரிஜோ க்கு
எங்கள் குடும்பம் சார்பாக
மனமார்ந்த வாழ்த்துக்களை
தெரிவித்துக் கொள்கிறோம்.
ரஞ்சித் சிங் & கிறிஸ்டல் ஜெபா குடும்பம்

Antony's Ads

Sign Boards

A Complete Sign Solutions

Glow sign board, LED sign board, SS & Brass Letters, Acrylic Letters, Aluminum Letters, Acrylic sign board, Inshop Branding, vinyl branding, Lighting Menu Boards, Scrolling LED board & LED wall...

Cell : 6382664915

Thiruchendur Main Road, Duraikudieruppu - 627112