



தினகரன்

THINAKARAN

2020 ஓக்டோபர் 15 வியாழக்கிழமை

வரு. 88 இல. 245

October 15, Thursday, 2020

24 பக்கங்கள்

30/-

மிகச்சிறந்த e-Learning பக்கங்கள்
Globeபீடில் இடமிருந்து

25GB பக்கேஜ் ரூபா. 150/-
+ சலுகை

செயற்படுத்துவதற்கு தினகரன் அழைப்புகள் #170#

கொரோனாவுக்கு ஏற்ப வாழ்வதே ஒரே வழி 05

பூநகரியின் நீர் தேவை 12

சமஷ்டிக்கு ஒப்பான தீர்வே பொருத்தம் 14

சென்னை சூப்பர் கிங்ஸ் அணி வெற்றி 24

கணக்காளர், மெய்ப்பாதுகாவலர், சாரதிகள் இருவர் நேற்று கைது

ரிஷாட்டை கைது செய்ய பொலிஸார் தீவிர தேடுதல்

வெளிநாடு செல்லத் தடை

ஷம்ஸ் பாஹிம்

பாராளுமன்ற உறுப்பினர் ரிஷாட் பதியுதீன் தலைமையிலான நிலையில் அவரை கைது செய்து 6 விசேட பொலிஸ் குழுக்கள் அமைக்கப்பட்டு தேடுதல் தீவிரப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. இதே வேளை குற்றச்சாட்டுக்களுடன் தொடர்புள்ள சந்தேக நபரொருவர் கைதாக

06

கல்விக் கட்டமைப்பு மறுசீரமைப்பு; பேராயருடன் ஜி.எல் பிரிஸ் சந்திப்பு

கல்விக் கட்டமைப்பில் மேற்கொள்ளப்படவுள்ள மறுசீரமைப்புகள் தொடர்பில், கல்வி அமைச்சர் ஜி.எல். பிரிஸுக்கும் பேராயர் கார்தினால் மெல்கம் ரஞ்சித்துக்குமிடையில் விசேட சந்திப்பு பொன்று நடைபெற்றது. கல்வி அமைச்சர் ஜி.எல்.பிரிஸின்

06

கட்டுநாயக்கா பொலிஸ் பிரிவில் மறுஅறிவித்தல் வரை ஊரடங்கு

இன்று அதிகாலை 5.00 மணி முதல் அமுல்

கட்டுநாயக்கா பொலிஸ் அதிகாரப் பிரிவிற்குட்பட்ட பகுதிகளுக்கு தனிமைப்படுத்தல் உத்தரவு பிறப்பிக்க

கப்பட்டுள்ளதாக கொவிட் ஒழிப்பு தேசிய செயல்பாட்டு மையத்தின் தலைவரும்

06

ஊடகவியலாளர்கள் மீது தாக்குதல்

ஜனாதிபதிக்கு ஸ்ரீதரன் எம்.பி கடிதம்

ஊடகவியலாளர்கள் மீது மேற்கொள்ளப்பட்ட தாக்குதல் தொடர்பாக நடவடிக்கை எடுக்குமாறு பாராளுமன்ற உறுப்பினர் சி. ஸ்ரீதரன் ஜனாதிபதியிடம் கோரிக்கை விடுத்துள்ளார். முல்லைத்தீவு, முறிப்புப் பகுதியில் தொடர்ச்சியாக

06

20 ஆவது திருத்தம் குறித்து ஆராய கட்சித் தலைவர்களுக்கு சபாநாயகர் நாளை அழைப்பு

சுப்பிரமணியம் நிவார்த்தன்

அரசியலமைப்பின் 20ஆவது திருத்தச் சட்டத்தில் மேற்கொள்ளப்பட்டவுள்ள திருத்தங்கள் தொடர்பில் கலந்துரையாடுவதற்காக

நாளை வெள்ளிக்கிழமை விசேட கட்சித் தலைவர் கூட்டத்திற்கு சபாநாயகர் அழைப்பு விடுத்துள்ளார். சபாநாயர் மஹிந்த யாப்பா அபேவர்தன தலைமையில்

06

விடுதிகளில் தங்கியுள்ளோருக்கு இராணுவத் தளபதி முக்கிய அறிவிப்பு

பொது விடுதிகளில் தங்கியிருந்து வேலைக்குச் செல்பவர்கள், விடுதியிலுள்ள ஏனையவர்கள் தொடர்பான தகவல்களை, பணியாற்றும் நிறுவனத்தின் பிரதானிகளிடம் தெரியப்படுத்துமாறு இராணுவத் தளபதி ஷவேந்திர சில்வா தெரிவித்துள்ளார்.

கொரோனா பரவலை கட்டுப்படுத்த அரசாங்கம் மேற்கொண்டுள்ள நடவடிக்கைக்கு இது உதவியாக இருக்குமெனவும் அவர் குறிப்பிட்டுள்ளார். மேலும் நேற்றைய தினம் அடையாளம் காணப்பட்ட நோயாளிகளில் நூற்றுக்கு 45 வீதமானோர் தனிமைப்படுத்தல்

06

அப்துல் சத்தாருக்கு பிரதமர் வழங்கிய இரு புதிய பதவிகள்

பிரதமர் மஹிந்த ராஜபக்சுவின் முஸ்லிம் விவகார ஒருங்கிணைப்பு செயலாளராகவும் குருநாகல் மாவட்ட ஒருங்கிணைப்பாளராகவும், ஸ்ரீலங்கா பெருமூல பெரமுன முஸ்லிம் முன்னணியின் செயலாளர்

06

அரசுக்கு 'கொவிட்' 20' நோய் பீடித்திருக்கிறதாம்

மனோ கணேசன் எம்.பி கறுகிறார்

நாட்டில் கொவிட் 19 தொற்று ஏற்பட்டிருக்கும் நிலையில், அரசாங்கத்தை கொவிட் 20 நோய் பீடித்திருப்பதாக தமிழ் முற்போக்கு கூட்டணியின் தலைவர் மனோ கணேசன் எம்.பி தெரிவித்துள்ளார்.

06

மரம் முறிந்து விழுந்ததில் பாரிய அனர்த்தம்

கொழுந்து பறித்துக் கொண்டிருந்த இரு பெண்கள் பரிதாப மரணம்

இரத்தினபுரி சுழற்சி நிருபர்

பலாங்கொடை பிரதேசத்தின் வளவ தோட்டத்தில் நேற்று மரமொன்று முறிந்து விழுந்ததில், கொழுந்து பறித்துக் கொண்டிருந்த இரு பெண்கள் பரிதாபமாக உயிரிழந்தனர். இச்சம்பவத்தின் போது படுகாயமடைந்த இன்னொரு பெண், பலாங்கொடை அரச வைத்தியசாலையில் சத்திர சிகிச்சைப் பிரிவில் அனுமதிக்கப்பட்டுள்ளார். மரணடைந்தவர்கள் செல்லையா பரமேஸ்வரி (46) வயது, சந்தனம் ரோஸ் மேரி (47) வயது ஆகியோரென அடையாளம் காணப்பட்டுள்ளனர்.

06

ரியாஜ் விடுதலை விவகாரம்; விசாரணைகளை துரிதப்படுத்த பொலிஸ் குழுக்களுக்கு பணிப்பு

ஷம்ஸ் பாஹிம்

ரிசாட் பதியுதீனின் சகோதரர் ரியாஜை விடுதலை செய்து தொடர்பான விசாரணைகளை, துரிதப்படுத்துமாறு விசாரணைகளை முன்னெடுக்கும் இரு பொலிஸ் குழுக்களுக்கும் அறிவுறுத்தல் வழங்கப்பட்டுள்ளதாக பொலிஸ்

06

நியூ டயமண்ட் கம்பலின் கெப்டனுக்கு 12 மில். ரூபா அபராதம்

லோரன்ஸ் செல்வநாயகம்

இலங்கை கடற்படையில் அணமையில் தீ விபத்துக்குள்ளான நியூ டயமண்ட் என்னைக் கம்பலின் கெப்டனுக்கு கொழும்பு உயர்நீதிமன்றம் 12 மில்லியன் ரூபாவை அபராதமாக விதித்துள்ளது. மேற்படி அபராதப் பணத்தை வழங்கியதன் பின்னர் பிரதிவாதியை

06

முந்தியொரு காலத்தில ஐ டி இல்லாம யலைக்கு வெளியால் போகலோது, இப்ப மாஸ்க் இல்லாம போகலோது... கையோட செல்போன் இல்லாமலும் போகலோது... என்ன கொடுமை அய்யா...!!

242 பிரித்தானிய கழிவுக் கொள்கலன்கள் நீதிமன்றம் நேற்று அதிரடி உத்தரவு

பிரிட்டனிலிருந்து இலங்கைக்கு கொண்டுவரப்பட்ட கழிவுகள் அடங்கிய 242 கொள்கலன்களை மீளத் திருப்பி அனுப்புமாறு, மத்திய சுற்றாடல் அதிகாரஸபைக்கு நீதிமன்றம் உத்தரவிட்டுள்ளது. இக்கழிவுக் கொள்கலன்களை மீள் ஏற்றுமதி செய்யக் கோரி, மாற்றுக் கொள்கைக்கான மையம்

06

வானிலை தொடர்பாக மீனவருக்கு எச்சரிக்கை

மாத்தறையிலிருந்து ஹம்பாந்தோட்டை வழியாக பொத்துவில் வரையான கடல் பிரதேசங்களுக்கு இன்று (15) கடற்படை மற்றும் மீனவர்கள் செல்வது ஆபத்தானது என்பதால் எச்சரிக்கையாக இருக்குமாறு வானிலை அவதான நிலையம் தெரிவிக்கிறது. நாட்டைச் சூழவுள்ள கடல் பிரதேசங்களில் 35 முதல் 45 கி.மீ. வரையான காற்று வீசும். எவ்வாறாயினும் இது 60 முதல் 70 கி.மீ. வரை அதிகரிக்கக் கூடும். மாத்தறையிலிருந்து ஹம்பாந்தோட்டை வழியான பொத்துவில் வரையான கடல் பிரதேசங்களில் 55 முதல் 60 கி.மீ. வரை வீசும் காற்று, நீர்கொழும்பு முதல்

06

ரிஷாட் கைது விவகாரம்: முஸ்லிம்களை சீண்டி பார்க்கும் செயல்

அகில இலங்கை மக்கள் காங்கிரஸின் தலைவர் பாராளுமன்ற உறுப்பினர் ரிஷாட் பதியுதீனைக் கைதுசெய்வதற்கு எடுக்கப்படும் முயற்சிகளை முஸ்லிம்களைப் சீண்டி பார்க்கும் செயற்பாடாகவே நோக்க வேண்டியுள்ளதாக,

06

Dialog 4G MOBILE Office மற்றும் கற்றல் செயற்பாடுகளுக்கு ANYTIME டேட்டா பக்கேஜ்

Zoom, Google, Microsoft, YouTube, கற்றல் Apps மற்றும் இணையத்தள பாவனைக்கு விசேட கட்டணங்கள்

12GB பக்கேஜ் ரூ. 495/- மட்டுமே**
*வரிசை உள்-எட்டங்கள்

30GB பக்கேஜ் ரூ. 995/- மட்டுமே**
*வரிசை உள்-எட்டங்கள்

இந்த விசேட கட்டணங்கள் Office மற்றும் கற்றல் Application பாவனைகளுக்கு மட்டுமே நாளி முழுவதும் செல்லுபடியாகும்.

Facebook, Instagram, TikTok, Netflix மற்றும் ஏனைய Streaming, Gaming போன்ற இணையத்தளங்களை இந்த பக்கேஜில் பயன்படுத்த முடியாது

#லோட் செய்து, #678# டயல் செய்து துல்லுது MyDialog App மூலம் செயற்படுத்திக்கொள்ளுங்கள்

Dialog
எதிர்காலம் இன்றே.

சர்வதேச செய்திகள்

ஆப்கானிஸ்தான் உக்கிர மோதல்: ஆயிரக்கணக்கானோர் ஓட்டம்

தெற்கு ஆப்கானிஸ்தானில் தலிபான் கள் மற்றும் பாதுகாப்பு படையினருக்கு இடையே கடந்த சில நாட்களாக நீடிக்கும் உக்கிர மோதல்களை அடுத்து ஆயிரக்கணக்கான மக்கள் தமது வீடுகளை விட்டு வெளியே ஆரம்பித்துள்ளனர். இரு தரப்பிற்கும் இடையே அமைதிப் பேச்சுவார்த்தைகள் நீடிக்கும் நிலையிலேயே மோதலும் அதிகரித்துள்ளது. பதற்றம் கொண்ட ஹெல் மான்ட் மாகாணத்தின் லக்ஷ்கார் காஹ் நகர் மீது தலிபான்கள் கடந்த ஞாயிற்றுக்கிழமை தாக்குதல் நடத்தியதை அடுத்து ஆப்கான் பாதுகாப்பு படைகளுக்கு உதவியாக அமெரிக்கா வான் தாக்குதல்களை நடத்தியது. இந்த மோதல் தீவிரம் அடைந்த நிலையில் உள்ளூர் மக்கள் மோட்டார் சைக்கிள்கள், டெக்ஸிகன் மற்றும் பஸ் வண்டிகளில் தமது வீடுகளை விட்டு வெளியேறி வருகின்றனர்.

"மோதல்கள் காரணமாக இதுவரை 5,100க்கும் அதிகமான குடும்பங்கள் அல்லது 30,000 பேர் வரை வெளியே



றியுள்ளனர்" என்று ஹெல்மான்ட் அகதிகள் திணைக்கள பணிப்பாளர் தெரிவித்துள்ளார். முஹமது ரமீன் தெரிவித்துள்ளார். அண்டை வீட்டின் மீது மோட்டார் குண்டு தாக்கி இரு பெண்கள் கொல்லப்பட்டதை அடுத்து தாம் வெளியே

மனித உரிமை கௌன்சிலில் இணைவதில் சவுதி தோல்வி

ஐக்கிய நாடுகள் மனித உரிமை கள் கௌன்சில் அங்கத்துவத்தை பெறும் சவுதி அரேபியாவின் முயற்சி தோல்வி அடைந்ததோடு சீனா மற்றும் ரஷ்யா மூன்று ஆண்டு தவணைக்கு அதன் அங்கத்துவத்தை பெற்றுள்ளன. இதில் அங்கத்துவத்தை பெறவ தற்கு கடந்த செவ்வாய்க்கிழமை இடம்பெற்ற இருக்கிய வாக்கெடுப்பில் சீனா 139 வாக்குகளை வென்றது. ரஷ்யா மற்றும் கியூபா உட்பட 11 நாடுகள் போட்டியின்றி தேர்வு செய்யப்பட்டன. பாகிஸ்தான், உஸ்பகிஸ்தான் தலா 169 வாக்குகளுடனும் நேபாளம் 150 வாக்குகளுடனும் அங்கத்துவத்தை பெற்றன.

சவுதி அரேபியா மாத்திரமே இந்த வாக்கெடுப்பில் தோல்வியை சந்தித்த நாடாகும். அந்த நாடு 90 வாக்குகளை மாத்திரமே பெற்றது. "அரசியல் கைதிகளை விடு



வித்து, யெமனில் கொடிய போரை முடிவுக்குக் கொண்டு வந்து அனைத்து பிரஜைகளுக்கும் அர்த்த பூர்வமான அரசியல் பங்களிப்புக்கு அனுமதி அளித்து அதிரடி சீர்திருத்தங்களை மேற்கொள்ளாத வரை சவுதி அரேபியா சர்வதேச அளவில் தொடர்ந்து ஒதுக்கப்படும்" என்று அரபு உலகத்திற்கான ஜனநாயக அமைப்பின் பணிப்பாளர் நாயகம் சாரா லீஹ் வைட்சன் குறிப்பிட்டுள்ளார்.

அகதி படகு மூழ்கி 21 பேர் உயிரிழப்பு



துனீசிய கடற்கரைக்கு அப்பால் கடந்த வார இறுதியில் மூழ்கிய அகதிப் படகில் இருந்த 21 பேர் உயிரிழந்து இருபதா க நிமிஷம் ஒன்று தெரிவித்துள்ளது. உயிரிழந்தவர்களின் மேலும் நாற்கு சடலங்கள் மீட்கப்பட்டுள்ளன. கடந்த ஞாயிற்றுக்கிழமை இடம்பெற்ற இந்த சம்பவத்தைத் தொடர்ந்து இதுவரை 17 உடல்கள் மீட்கப்பட்டுள்ளன. இதில் ஏழு பேர் உயிரிழந்து காப்பாற்றப்பட்டனர். தொடர்ந்து காணாமல் போன நிலையில் இருக்கும் நான்கு அல்லது ஐந்து பயணிகளையும் உயிரிழந்து காப்பாற்றும் வாய்ப்புக் குறைந்துள்ளதாக துனீசியாவின் ஸ்பெக்ட்ஸ் நிதிமன்ற பேச்சாளர் முராத்தூர்கி தெரிவித்துள்ளார்.

ஆப்கானிஸ்தான் ஹெலிகாப்டர் மோதுண்டு 9 பேர் பஸி



தெற்கு ஹெல்மான்ட் மாகாணத்தில் காயமடைந்த படையினரை ஏற்றிவந்த இரு ஆப்கான் இராணுவ ஹெலிகாப்டர்கள் ஒன்றுடன் ஒன்று மோதி ஒன்பது பேர் கொல்லப்பட்டனர். நவா மாகாணத்தில் நேற்றுக் காலை இடம்பெற்ற இந்த விபத்துக்கு தொழில்நுட்பக் கோளாறு காரணம் என்று அதிகாரிகள் தெரிவித்துள்ளனர். இந்தப் பகுதியில் ஆப்கான் படையினருக்கும் தலிபான்களுக்கும் இடையே ஒரு சில நாட்களாக உக்கிர மோதல் இடம்பெற்று வரவ தோடு, ஆப்கான் இராணுவத்திற்கு ஆதரவாக அமெரிக்கா வான் தாக்குதல்களையும் நடத்தி வருகிறது.

கொரோனா தொற்று உச்சம்: ஐரோப்பிய நாடுகளில் கட்டுப்பாடு அதிகரிப்பு

கொரோனா வைரஸ் தொற்று சம்பவங்கள் வேகமாக அதிகரித்து வரும் நிலையில் ஐரோப்பிய நாடுகள் அதனை கட்டுப்படுத்துவதற்கு போர்டு வருகின்றன. செக் குடியரசில் பாடசாலைகள், மதுபானக் கடைகள் மற்றும் இரவு விடுதிகள் மூடப்பட்டு மூன்று வாரத்திற்கு பகுதி அளவு முடக்க நிலை அமுல்படுத்தப்பட்டுள்ளது. பிரான்ஸில் 100,000 பேருக்கு அதிக நோய்த் தொற்று வீதம் பதிவாகி இருக்கும் செக் குடியரசில் உணவுக்காக மூடப்பட்டு பொது இடங்களில் மதுபானத்திற்கு தடை விதிக்கப்பட்டுள்ளது. நெதர்லாந்திலும் பகுதி அளவு பொது முடக்கநிலை அறிமுகப்படுத்தப்பட்டு, பொது உட்புற இடங்களிலும் முக்கவ சம் அணிவகு கட்டாயமாக்கப்பட்டுள்ளது. இதேநேரம் பல நாடுகளில் மருத்துவமனைக்கு அனுமதிக்கப்படுபவர்கள் எண்ணிக்கையும் வேகமாக அதிகரித்து வருகிறது. பிரான்ஸ் தலைநகர் பாரிஸின் மருத்துவமனைகளில் அடுத்த வாரம் இறுதியாகும் போது அவசர சிகிச்சை பிரிவு படுக்கைகள் 90 வீதம் நிரம்பக் கூடும் என்று பொது வைத்தியசாலைக் குழுவின் தலைவர் மார்க்யூ ஹர்ஷ் எச்சரித்துள்ளார். இந்தநிலையில் நாட்டில் கட்டுப்பாடுகளின் மேலும் இறுக்கும் அறிவிப்பு ஒன்றை ஜனாதிபதி எம்மானுவேல் மக்ரோன் வெளியிடவிருப்பதாக அங்கீகரித்து வருகிறது. இதன்படி பாரிஸ் உட்பட வைரஸ் தொற்று மையம் கொண்டிருக்கும் பகுதிகளில் இரவு நேர ஊடாங்கு சட்டம் அமுல்படுத்தப்பட வாய்ப்பு இருப்பதாக கூறப்படுகிறது. மிகுந்த கவலையுடன் நிலைமையை அவதானித்து வருகிற ஐரோப்பிய சான்செலர் அங்கேலா மெர்கல் தெரிவித்துள்ளார். "நிலைமை தொடர்ந்து மோசமடைந்து வருவதை நான் கூறிக்கொள்கிறேன்" என்றும் அவர் தெரிவித்துள்ளார். பிரிட்டனில் மோசமாக பாதிக்கப்பட்ட பகுதிகளில் நேற்றுத் தொடக்கம் மதுபானக் கடைகள் மற்றும் விடுதிகள் மூடப்படுகின்றன. ஐரோப்பாவில் கடந்த வாரம் 700,000 கொரோனா தொற்று சம்பவங்கள் பதிவாகி உள்ளன. இது இந்த பெருந்தொற்று ஆரம்பித்ததொடக்கம் பதிவான மிக அதிக எண்ணிக்கை என்று உலக சுகாதார அமைப்பு குறிப்பிட்டுள்ளது.

கொரோனா தடுப்பு மருந்து: உலக வங்கி நிதி ஒதுக்கீடு

அபிவிருத்தி அடைந்துவரும் நாடுகளில் கொரோனா தடுப்பு மருந்துகளின் கொள்வனவு மற்றும் விநியோகத்திற்காக 12 பில்லியன் டொலர் நிதிக்கு உலக வங்கி ஒப்புதல் அளித்துள்ளது. ஒரு பில்லியன் மக்களுக்கு தடுப்பு மருந்தை செலுத்துவதற்கு உதவும் நோக்கில் இந்த நிதி ஒதுக்கப்படுவதாக உலக வங்கி வெளியிட்ட அறிவிப்பில் கூறப்பட்டுள்ளது. அபிவிருத்தி அடைந்துவரும் நாடுகள் வைரஸ் தொற்றை எதிர்த்துப் போராட உதவ அடுத்த ஆண்டு ஜூன் வரை, உலக வங்கி 160 பில்லியன் டொலர் ஒதுக்கியிருந்தது. அதன் ஓர் அங்கமாக 12 பில்லியன் நிதி வழங்கப்படும். "கொவிட் அவசர நிலையை கையாள்வதற்கு எமது விரைவான செயற்பாட்டை நீடித்து விரிவுபடுத்துவதன் மூலம் அபிவிருத்தி அடைந்துவரும் நாடுகளுக்கு நியாயமான மற்றும் சமமான வகையில் தடுப்பு மருத்துகளை பெற முடியுமாக இருக்கும்" என்றும் உலக வங்கி வலியுறுத்தியது. உலகெங்கும் கொரோனா தொற்றுக்கு உள்ளாவர்கள் எண்ணிக்கை 38 மில்லியனைத் தாண்டி இருப்பதோடு ஒரு மில்லியனுக்கும் அதிகமானவர்கள் உயிரிழந்துள்ளனர்.



புதிய 'ஐபோன் 12' ரக திறன்பேசிகள் அறிமுகம்

ஆப்பிள் நிறுவனம் அடுத்த தலைமுறை ஐபோன் 12 ரக திறன்பேசிகளை அறிமுகம் செய்துள்ளது. வேகமான ஐந்தாம் தலைமுறை (5ஜி) கட்டமைப்பில் செயல்படும் அந்தத் திறன்பேசிகள் சில வண்ணங்களில் அறிமுகம் செய்யப்பட்டுள்ளன. ஹோம்ப்ரேட் மினி ஸ்மார்ட் ஸ்பீக்கர், ஐபோன் 12 மினி, ஐபோன் 12, ஐபோன் 12 ப்ரோ மற்றும் ஐபோன் 12 ப்ரோ மேக்ஸ் ஆகியவையே அறிமுகம் செய்யப்பட்டுள்ளன.



இருப்பினும், முதன்முறையாக இந்த வகை ஐபோன் திறன்பேசிகளோடு இலவசமாகக் காத்தோலிக் கருவியும் மின்னோற்றக் கருவியும் வழங்கப்பட்டாடாது கட்டுக்கடங்காமல் பெருகிவரும் மின்சுப்பையைக் குறைத்து கற்றுக்கு முலைப் பாதுகாப்பதே அதன் நோக்கம் என்று ஆப்பிள் நிறுவனம் தெரிவித்தது. வாடிக்கையாளர்கள், திறன்பேசிகளை மின்னோற்றம் செய்வதற்குரிய யு.எஸ்.பி-சி வடங்களைத் தனியே விலை கொடுத்து வாங்கிக்கொள்ள வேண்டும். அது, வாடிக்கையாளர்கள் சிலருக்கு ஏமாற்றமளித்துள்ளது.

கடல் எல்லையை தீர்மானிக்க இஸ்ரேல்-லெபனான் சந்திப்பு

தொடர்ந்து போர் சூழலில் இருக்கும் இஸ்ரேல் மற்றும் லெபனான் நீண்ட காலமாக நீடிக்கும் கடல் எல்லை பிரச்சினைக்கு தீர்வு காண்பதற்கு முதல் சுற்று பேச்சுவார்த்தையை நடத்தியுள்ளது. அமெரிக்காவின் மத்தியஸ்தத்தில் நடைபெற்ற இந்தப் பேச்சுவார்த்தை லெபனான் நகரான நகுராவில் ஐ.நா அமைதிக்காப்பு படைத் தளத்தில் இடம்பெற்றுள்ளது. எனினும் இதன்மூலம் உறவுகளை மேம்படுத்துவதற்கான வாய்ப்பு ஏதும் இல்லை என்று இதுதரப்படும் வலியுறுத்தியுள்ளன. நேற்று ஒரு மணி நேரம் மாத்திரமே இடம்பெற்ற இந்தப் பேச்சுவார்த்தை முடிவில் வரும் ஒக்டோபர் 28 ஆம் திகதி மீண்டும் சந்திப்புக்கு இரு தர்ப்பும் இணங்கியது.



தாக லெபனான் பாதுகாப்பு வட்டாரம் லெபனான் மற்றும் இஸ்ரேலுக்கு இடையே எல்லைகள் தொடர்பில் உடன்பாடு ஒன்று எட்டப்படவில்லை என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. 1948-49 இஸ்ரேல்-அரபு யுத்தம் தொடக்கம் போர் சூழலில் இருக்கும்

தரம் 05 புலமைப்பரிசில் சித்தியடைந்த மாணவர்களுக்கு நிதிக் கொடுப்பனவுகள்

உள. ந. பொறுப்பு நிதியம் பிரதமரிடம் ரூபா.90 மில். காசோலை கையளிப்பு



74 பெளத்த மதகுருமார் உட்பட 90 பேர் சுய தனிமைப்படுத்தலில்

பிலியந்தலை, சிலுமின விகாரை மிஷன் 74 பெளத்த மதகுருமார் உட்பட 90 பேரை சுய தனிமைப்படுத்தலுக்கு உட்படுமாறு சுகாதார அதிகாரிகள் உத்தரவிட்டுள்ளனர். பிலியந்தலையிலுள்ள ககாபொல சிலுமின மகாவிக்காரியின் தலைமை மதகுரு உட்பட 90 பேருக்கே தனிமைப்படுத்தல் உத்தரவு பிறப்பிக்கப்பட்டுள்ளது.

பல்கலைக்கழகங்கள் மூடப்படமாட்டாது

நாட்டில் ஏற்பட்டுள்ள கொரோனா தொற்றுக்கு மத்தியில், பல்கலைக்கழக கட்டமைப்பை மூடும் எவ்வித தீர்மானங்களும் எடுக்கப்படவில்லை என பல்கலைக்கழக மாணியங்கள் ஆணைக்குழு தெரிவித்துள்ளது. நாட்டில் தற்போது ஏற்பட்டுள்ள கொரோனா தொற்றுக்கு மத்தியிலே தரம் ஐந்து பரீட்சைகள் நடத்தப்பட்டுள்ளது. மேலும் கல்விப் பொது தராதர உயர் தர மாணவர்களும்

பிரதமரின் ஒருங்கிணைப்புச் செயலாளராக காசிலிங்கம் கீதநாத் நியமனம்

பிரதமர் மஹிந்த ராஜபக்சுவின் ஒருங்கிணைப்புச் செயலாளராக காசிலிங்கம் கீதநாத் நேற்று முன்தினம் நியமிக்கப்பட்டார். பிரதமர் மஹிந்த ராஜபக்சு, கடந்த ஆட்சியில் எதிர்க்கட்சித் தலைவராக இருந்த போது காசிலிங்கம் கீதநாத், எதிர்க்கட்சித் தலைவரின் தகவல் மற்றும் தகவல் தொடர்பு பணிப்பாளராகவும், தற்போதைய

ஆடைத் தொழிற்சாலை ஊழியர்களுக்கு

2 வாரத்திற்கு ஒருமுறை பி.சி.ஆர் பரிசோதனைக்கு ஏற்பாடு

ஆடைத்தொழிற்சாலை ஊழியர்களை இருவாரத்திற்கு ஒரு முறை பி.சி.ஆர் பரிசோதனைக்கு உட்படுத்த நடவடிக்கை மேற்கொள்ள மாறு கொவிட் 19 தொற்று பரவலைத் தடுக்கும் தேசிய செயற்பாட்டு மையம் தொழிற்சாலை உரிமையாளர்களுக்கு ஆலோசனை வழங்கியுள்ளது. இதேபோன்று அனைத்து ஊழியர்களினதும் நிரந்தர முகவரியை பெற்றுக்கொள்வதற்கு நடவடிக்கை மேற்கொள்ளுமாறும் சுகாதார அமைச்சு தெரிவித்துள்ளது. தற்போதைய கொவிட் 19 நிலைமையின் காரணமாக பியகம் மற்றும் கட்டுநாயக்க வர்த்தக வலையம் மற்றும் நாடு முழுவதிலுமுள்ள ஆடைத் தொழிற்சாலைகளை முன்னெடுப்பதில் சிக்கல்கள் ஏற்பட்டுள்ளன. இவற்றுக்குத் தீர்வு காண்பதற்காக விசேட பேச்சுவார்த்தையும் நடத்தப்பட்டுள்ளது. சம்பந்தப்பட்ட தொழிற்சாலை ஊழியர்கள் தங்கியுள்ள இடங்கள் தொடர்பில், விசேட கவனம் செலுத்த வேண்டுமென்றும் சுட்டிக்காட்டப்பட்டுள்ளது.

அத்தியாவசிய பொருட்கள் உடனடியாக விலை குறைப்பு

டின் மீன் ரூ.200, பருப்பு ரூ.150, சீனி ரூ. 85, பெ. வெங்காயம் ரூ.100

ச.தொ.ச ஊடக தேங்காய் விற்பனை

இவற்றின் மீதான வரி நீக்கப்பட்டுள்ளதால், நேற்று நள்ளிரவில் இருந்து, டின் மீன் (பெரியது) 200 ரூபாவுக்கும், பெரிய வெங்காயம் ஒரு கிலோ 100 ரூபாவுக்கும் சீனி ஒரு கிலோ 85 ரூபாவுக்கும் கொள்வனவு செய்ய முடியும். இந்த அத்தியாவசிய பொருட்கள் உட்பட 500 ரூபாவுக்கும் அதிகமாக ச.தொ.ச நிறுவனத்தில் பொருட்களை கொள்வனவு செய்யும் போது ஒரு கிலோ பருப்பை 150 ரூபாவுக்கு கொள்வனவு செய்வதற்கான ஏற்பாடுகளும் செய்யப்பட்டுள்ளன. தெங்கு அபிவிருத்தி சபை, குருநாகல் பெருந்தோட்ட கம்பனி மற்றும் சிலாபம் பெருந்தோட்ட கம்பனி என்பன கொழும்பு நகரத்திற்கு தேங்காய் வழங்குவதை அதிகரித்துள்ளன. இதனால் ச.தொ.ச விற்பனை நிலையங்களில் நியாயமான விலைகளில் நுகர்வோர் தேங்காய்களை கொள்வனவு செய்யும் சந்தர்ப்பமும் ஏற்பட்டுள்ளது.

வினாக்கள் வெளிவருகிறது!

மாணவச் செல்வங்களுக்காக வார நாட்களில்...

உங்கள் தினகரனுடன்

தரம்-5 மாணவர்களுக்கான புலமைப் பரிசில் பரீட்சை முன்னோடி மாதிறி வினாத்தாள்கள் மற்றும் கொழும்பு உட்பட நாடெங்குமுள்ள பிரபல ஆசிரியர்களால் தயாரிக்கப்பட்ட புலமைப் பரிசில் மாணவர்களுக்கான வழிகாட்டல் பயிற்சிகள்...

மாணவர் அறிவுத் தேடலுக்காக தினகரன் வழங்கும் வாய்ப்பு

கொழும்பில் புதிதாக 11 பேருக்கு கொரோனா வைரஸ் தொற்று

லோரன்ஸ் செல்வநாயகம்

கொழும்பில் கொரோனா வைரஸ் தொற்று நோயாளிகள் 11 பேர் புதிதாக இனங்காணப்பட்டுள்ளனர். இந்நிலையில் வைரஸ் தொற்று பரவலைத் தடுக்கும் வகையில் 06 விசேட குழுக்கள் செயற்படுத்தப்பட்டுள்ளன. கொழும்பு மாநகர சபையினால் இதற்கான செயற்குறிப்பிடும் மேற்கொள்ளப்பட்டுள்ளது. இக் குழு கொழும்பு நகரின் அனைத்துப் பகுதிகளிலும் வைரஸ் தொற்றாளர்களை இனங்காணும் செயற்பாடுகளில் ஈடுபட்டுள்ளது. கடந்த 06ஆம் திகதியிலிருந்து இதுவரை கொழும்பு நகருக்குள் 2,884 பி.சி.ஆர் பரிசோதனைகள் மேற்கொள்ளப்பட்டுள்ளன. இதன் மூலம் வைரஸ் தொற்று நோயாளிகள் 10 பேர் இனங்காணப்பட்டதாக



இலங்கை - ஜெர்மன் தொழில்நுட்ப கல்லூரியில் பயிலும் மாணவர்களின் கற்றல் அபிவிருத்திக்கென, இலங்கை போக்குவரத்து சபையின் ஒத்துழைப்புகளைப் பெற்றுக் கொள்வது தொடர்பில் திறன்கள் அபிவிருத்தி, தொழில் கல்வி மற்றும் ஆராய்ச்சி மற்றும் புத்தாக்க இராஜாங்க அமைச்சர் டாக்டர் சீதா அரம்பேரொல தலைமையில் விசேட கூட்டம் இடம்பெற்றது. இதில் போக்குவரத்து இராஜாங்க அமைச்சர் தீழும் அமுலுமகம், தொழில் நுட்ப கல்லூரி அதிகாரிகள் பலரும் கலந்துகொண்டனர்.

படம்:பாணந்துறை மத்திய குழுப் நிபுனர்

அவ்வூரிலேயா டொலர்	கனடியன் டொலர்	யூரோ	ஜப்பான் டொலர்	மத்திய கிழக்கு	குறித்த விலை	குறித்த விலை	
வாங்கும் விலை 129.03	வாங்கும் விலை 137.48	வாங்கும் விலை 212.73	வாங்கும் விலை 1,712.7	பஹ்ரின் டிளர்	488.66	கட்டார் ரியால்	50.61
விற்பனை விலை 135.18	விற்பனை விலை 142.97	விற்பனை விலை 220.23	விற்பனை விலை 1,787.0	குவைத் டிளர்	602.29	சவுதி ரியால்	49.12
சிங்கப்பூர் டொலர்	ஸ்டெலிஸ் புவுன்ஸ்	சுவீடன் டிராங்க்	அமெரிக்க டொலர்	ஓமான் ரியால்	478.65	ஜ.ச. இராச்சியம் டிரஹாம்	50.16
வாங்கும் விலை 132.96	வாங்கும் விலை 234.68	வாங்கும் விலை 197.64	வாங்கும் விலை 182.14				
விற்பனை விலை 138.23	விற்பனை விலை 242.40	விற்பனை விலை 205.29	விற்பனை விலை 188.46				



கற்கால பண்பாடும் வரலாற்றுத் தொன்மையும் பூர்வீகச் சிறப்புக்களையும் தன்னகத்தே கொண்ட பூநகரிப் பிரதேசத்தில் நீர் வளத்தை பேணும் வகையில் பூனகரிக்கான குளம் அமைக்கப்படவுள்ளது.

பெருங் கற்காலப் பண்பாடு தொடக்கம் மக்கள் வாழ்ந்து வருவதாக தொல்லியச் சான்றுதலுடன் வரலாற்று ஆசிரியர்கள் குறிப்பிடுகின்ற மிகவும் தொன்மையான ஒரு பிரதேசமாக பூநகரிப் பிரதேசம் காணப்படுகின்றது.

ஆரம்ப காலத்தில் பூநகரியின் கரையோரப் பகுதிகளில் வர்த்தக தொடர்புடன் மக்கள் வாழ்ந்திருக்கின்றார்கள். இதைவிட, கரையோரம் தவிர்ந்த ஏனைய பகுதிகளில் விவசாயத்தோடு பின்னிப்பிணைந்த மக்கள் சமூகமும் அங்கு வாழ்ந்ததாக வரலாற்று சான்றுகள் மூலம் அறிய முடிகின்றது.

இவ்வாறு தொன்று தொட்டு மக்கள் வாழும் இப் பிரதேசத்தில் வருடம் முழுவதும் குடிநீர் ஒரு பாரிய பிரச்சினையாகவுள்ளது. காரணம் அதிகப்படியான பிரதேசங்களில் உவர்நீர் ஆக்கிரமிப்புக்களால் குடிநீர் உவர் நீராக மாற்றமடைந்துள்ளன.

இது இவ்வாறிருக்க இப் பிரதேசத்தில் தொன்று தொட்டு விளைவிக்கப்படுகின்ற பாரம்பரிய நெல் விளங்களின் அரிசிக்கு இலங்கையில் மட்டுமல்ல ஆசிய, ஐரோப்பிய நாடுகளிலும் மதிப்பும், கிராக்கியும் காணப்படுகின்றது.

அதிகளவான சிறு சிறு குளங்கள் காணப்பட்டாலும், வான் பார்த்த பூமியாக மழையை நம்பி மானா வாரியாக மேற்கொள்ளப்படுகின்ற ஒரு பயிர்ச் செய்கையின் மூலமுமே இங்கு விவசாய நடவடிக்கைகள் முன்னெடுக்கப்படுகின்றன.

இந்த நிலத்தின் நீர் வளத்தை பேணும் வகையில் ஒரு பாரிய நீர்த் தேக்கம் ஒன்றினை அமைக்கலாம் என ஆய்வுகள் மேற்கொள்ளப்பட்டு 2012ம் ஆண்டின் ஆரம்பத்தில் கிளிநொச்சி மாவட்ட பிரதிநீர்ப்பாசனத் திணைக்களத்தினால் இதற்கான நடவடிக்கைகள் முன்னெடுக்கப்பட்டன.

கிளிநொச்சி மாவட்டத்தை ஊடறுத்து செல்கின்ற மற்றும் அதிக நீர்வரத்தைக் கொண்ட கனகராயன் ஆறு போன்ற பாரிய ஆறுகள் மறிக்கப்பட்டு கிளிநொச்சியின் கிழக்குப் பிரதேசத்தில் இரணைமடுக்குளம், கல்மடுக்குளம், பிரமந்தனாறுக்குளம் மற்றும் கனகாம்பிகைக்குளம், போன்ற பாரிய குளங்கள் அமைந்துள்ளன.

கிளிநொச்சியின் மேற்குப் பிரதேசத்தில் உள்ள பாரிய நீர்ப்பாசனக் குளமாக அக்கராயன்குளமும் அதற்கு அடுத்தாற்போல் குடமுருட்டிக்குளம், கரியாலை, நாகபடுவாக்குளம், வன்னேரிக்குளம் போன்ற குளங்கள் அமைந்துள்ளன.

மேற்குப் பகுதியில் இந்தக் குளங்களுக்கு ஒப்பான பாரிய நீர்த் தேக்கம் ஒன்றினை கிளிநொச்சியின் பூநகரிப் பிரதேசத்தில் அமைக்கலாம் என்ற



பூநகரியின் விவசாயத்துக்கான நீர் தேவை பூர்த்தியாகுமா?



யோசனைகள் முன்வைக்கப்பட்டு இது தொடர்பான ஆய்வுகள் நீர்ப்பாசனத் திணைக்களத்தின் ஊடாக முன்னெடுக்கப்பட்டன.

அந்த வகையில் பூநகரிப் பிரதேசத்திற்குட்பட்ட ஒரே நேர் கோட்டில் அமைந்துள்ள மாழாப்புக்குளம், கொக்குடையான் குளம், உள் விட்ட சிறு குளங்களை உள்ளடக்கி இக் குளத்தினை அமைக்கலாம் என்றும் திட்டங்கள் வரையப்பட்டுள்ளன.

இலங்கையில் சுமார் 103க்கும் மேற்பட்ட ஆற்றுப் படுக்கைகள் காணப்படுகின்றன.

இதில் கனகராயன் ஆறு, மண்டைக்கல்லாறு, அக்கராயன் ஆறு, உள் விட்ட ஏழு ஆறுகள் கிளிநொச்சி மாவட்டத்தின் கரையோரங்களில் சங்கமிக்கின்றன. அக்கராயன் ஆற்றுக்கும் மண்டைக்கல்லாற்றுக்கும் இடைப்பட்ட பகுதியில் இக்குளம் அமைவதனால் இவ்விரு ஆறுகளின் ஊடாக வருகின்ற நீர் மற்றும் இக்குளத்தின் மேற் பகுதிகளில் உள்ள பிரதேசங்களில் இருந்து

வருகின்ற நீர் என்பவற்றால் இக் குளத்தின் நீர்வரத்து அதிகமாக இருக்கும். இதன் மூலம் பூநகரியில் உள்ள கிட்டத்தட்ட மூவாயிரம் ஏக்கருக்கு மேற்பட்ட நிலப்பரப்பில் இரு போகங்களில் பயிர்ச் செய்கை மேற்கொள்ள முடியும் என்பதுடன், இக்குளம் ஆழம் குறைந்த குளமாக இருப்பினும் அதிகளவான நீரே துப் பிரதேசமாகவும் அமையலாம்.

கிளிநொச்சி மாவட்டத்தில் இருக்கின்ற இரணைமடுக்குளம், கல்மடுக்குளம், அக்கராயன்குளம், என்பவற்றை புனரமைப்பது அல்லது குளத்தின் அணைக்கட்டுக்களை உயர்த்தி நீர்க் கொள்ளளவை அதிகரித்தல், என்பதற்கு அப்பால் இவ்வாறு புதிய குளம் ஒன்றை அமைப்பது என்பது மிகக் கடினமான விடயமாகும்.

அதாவது பூநகரியில் இக்குளம் அமையுமானால் இங்குள்ள வளங்கள் சிறப்படையும். இன்று உவர் நீர்க் கிணறுகளாக இருக்கின்ற கிணறுகள் நன்னீராக மாற்றப்படும். கணிசமான நிலங்களில் இரண்டு போகங்கள் பயிர்செய்ய முடியும். நல்ல மண் வளம் இருக்கின்ற போதும் நீர் வளம் இல்லாதது பாரிய பிரச்சினையாகும்.

பூநகரி மண்ணானது மனித சுவாத்தியத்திற்கு சிறந்த மண்ணாக இருக்கின்ற போதும் இங்கு தண்ணீர் ஒரு பிரச்சினையாக அமைந்துள்ளது. இக் குளம் அமையப்பெறுமானால் பூநகரியின் தலைவியே மாற்றம் பெறும் என விவசாயிகள் தெரிவித்துள்ளனர்.

இவ்வாறு ஒரு குளம் அமையவேண்டும். இதன் மூலம் இப் பிரதேசங்கள் வளமான பிரதேசங்களாக மாறும்.

இங்கே காணப்படுகின்ற வளமான நிலங்களில் பயிர்செய்து வாழ்வாதாரத்தை முன்னேற்ற முடியும் என்ற நம்பிக்கை துறைசார் அதிகாரிகள் உள்ளிட்ட அனைவருக்கும் உள்ளது.

வரலாற்றுத் தொன்மையும் பூர்வீகச் சிறப்புக்களையும் தன்னகத்தே கொண்ட பூநகரிப் பிரதேசத்தின் வளத்தை பெருக்கும் வகையில் இக்குளம் அமையப்பெற வேண்டும் என்பது எல்லோரினதும் எதிர்பார்ப்பாகும்.

சு. பால்கரன்
பரந்தன் குறாய் நிருபர்





சங்கையர் முற்றம்

சுகிருத்

வதைத் தடுக்க முடியும். அறுவை சிகிச்சை, கீமோதெரபி, கதிரியக்கச் சிகிச்சை போன்றவற்றின் மூலம் மார்பகப் புற்றுநோயைக் குணப்படுத்தலாம். அதனால், பெண்கள் மார்பக சுயபரிசோதனை செய்துகொள்வதுடன் எவ்விதத் தயக்கமும் இல்லாமல் மருத்துவர்களைச் சந்தித்து ஆலோசனை பெற வேண்டும்.

மார்பகப் புற்றுநோய் விழிப்புணர்வால் வெல்வோம்!

வெண்களைத் தாக்கும் புற்றுநோய்களில் மார்பகப் புற்றுநோய் முதன்மையானது. பெண்களிடையே புற்றுநோயால் ஏற்படும் மரணங்களில் மார்பகப் புற்றுநோயால் ஏற்படும் மரணங்கள் கணிசமானவை. காரணம், பெண்களின் தயக்கம். அந்தரங்கப் பிரச்சினைகளை வெளியே சொல்வதில் பெண்களுக்கு எப்போதும் தயக்கம் இருக்கும். ஆனால், இந்தத் தயக்கம் உயிருக்கே ஆபத்தானதாக முடியும் என்பதைப் பலரும் அறிவதில்லை. அதனால்தான் பெண்களிடம் விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தும் விதமாக அக்டோபர் மாதத்தை மார்பகப் புற்றுநோய் விழிப்புணர்வு மாதமாக உலக சுகாதார நிறுவனம் அறிவித்திருக்கிறது. இந்த மாதத்தை 'பிங்க் மாதம்' என்றும் அழைக்கிறார்கள்.

எல்லாப் புற்றுநோயும் மரணத்தை ஏற்படுத்துவதில்லை. மார்பகப் புற்றுநோயை தொடக்க நிலையிலேயே கண்டறிந்துவிட்டால், அதிலிருந்து முழுமையாக மீண்டுவிடலாம்.

மார்பகப் புற்றுநோயைச் சுயபரிசோதனை மூலம் நாமே எளிதில் கண்டறியலாம். 18 முதல் 30 வயதுக்குட்பட்ட பெண்கள் மாதம் ஒரு முறையாவது மார்பக சுயபரிசோதனை செய்துகொள்வது அவசியம். முப்பது வயதுக்கு மேற்பட்ட பெண்கள் மார்பக சுயபரிசோதனையுடன், தேவை ஏற்பட்டால் மருத்துவமனைக்குச் சென்று முறையான பரிசோதனை செய்துகொள்ள வேண்டும்.

மார்பகப் புற்றுநோய் ஏற்படுவதற்கு குறிப்பிட்ட காரணம் எதையும் வரையறுக்க முடியாது. இளம் வயதில் பூப்படைந்தவர்கள், 50 வயதுக்கும் மேல் மாதவிடாய்ச் சுழற்சி நடைபெறவது, 30 வயதுக்குப் பிறகு முதல் குழந்தை பிறப்பது, இரத்த உறவுகளில் யாருக்காவது மார்பகப் புற்றுநோய் இருப்பது, உணவுப் பழக்கம், உடல் பருமன், உடலில் கொழுப்பு அதிகரித்தல், உடலுழைப்பும் உடற்பயிற்சியும் இல்லாதிருப்பவர்கள் போன்றோருக்கு மார்பகப் புற்றுநோய் வருவதற்கான சாத்தியம் அதிகம். ஆனால், இவர்களுக்குப் புற்றுநோய் வந்தே தீரும் என்பதில்லை. மரபணுக்களில் ஏற்படும் மாற்றங்களாலும் புற்றுநோய் வரக்கூடும்.

அறிவுறுங்கள்

மார்பில் வலியில்லாத அல்லது வலியுடன் கூடிய கட்டி, மார்பகம் தடிப்பது, மார்புக் காம்பிலிருந்து இரத்தம் அல்லது திரவம் கசிதல், மார்புக் காம்பு உள்ளிழுத்துக் கொள்ளுதல், அக்குளில் வீக்கம் போன்றவை மார்பகப் புற்றுநோய்க்கான அறிகுறிகளாகவும் இருக்கலாம். அதேநேரம், மார்பில் வலி ஏற்பட்டாலே அது மார்பகப் புற்றுநோயாக இருக்க வேண்டும் என்பதில்லை. சிலநேரம் மார்பகப் புற்றுநோய் தொடக்க நிலையில் மட்டுமல்ல, முற்றிய நிலையிலும் வலிக்காது. அது நெஞ்சுடன் ஒட்டிச் சுருங்கும் நிலையில்தான் வலிக்கும். இப்படி நோயை முற்றிவிடுவது ஆபத்தானது. கையால் லேசாக அழுத்தினாலே மார்பில் கட்டியிருப்பதைக் கண்டறியலாம். மார்பின் வடிவம், நிறம் போன்றவற்றில் சிறு மாற்றம் ஏற்பட்டாலும் மருத்துவரைச் சந்திக்க வேண்டும். சிலர், தாய்ப்பால் கொடுத்தால் மார்பகப் புற்றுநோய் வராது என

நினைப்பார்கள். அது முற்றிலும் உண்மையல்ல. தாய்ப்பால் கொடுத்தால் மார்பகப் புற்றுநோய் வருவதற்கான சாத்தியம் குறைவானதே தவிர, வராது என்று சொல்வதற்கில்லை. அதேநேரம், தாய்ப்பால் கொடுக்காவிட்டால் மார்பகப் புற்றுநோய் ஏற்படுவது அதிகரிக்கக்கூடும்.

சிகிச்சை முறைகள்

மார்பகப் புற்றுநோய் வந்தால் மார்பை அகற்றிவிட வேண்டும் என்பதில்லை. சிலருக்குக் கட்டியை மட்டும் நீக்குவதன் மூலம் அது உடலின் மற்ற பாகங்களுக்குப் பரவு

நோயற்ற சமையல்

தேவையான பொருட்கள்

பூசணிக்காய் சிறிய துண்டு தேங்காய் சிறிய கறிவேப்பிலை சிறிது இஞ்சி சிறிய துண்டு உப்பு தேவையான அளவு

செய்முறை

பூசணிக்காயை தோல் நீக்கி சிறிய துண்டுகளாக வெட்டிக் கொள்ளவும். மிக்சியில் நறுக்கிய பூசணிக்காய், தேங்காய், கறிவேப்பிலை, இஞ்சி, உப்பு தண்ணீர் சேர்த்து அரைத்து வடிக்கட்டி பருகவும்.

வெள்ளை பூசணிக்காயில் வைட்டமின் பி, சி, கல்சியம், கிரும்புச்சத்து என பல்வேறு சத்துக்கள் நிறைந்துள்ளன. கல்சியம், கிரும்புச்சத்துக்கள் நிறைந்து இருப்பதால் எலும்பு வலுவடையும், உடல் ஆரோக்கியம் உயரும்.



தூக்கமின்மை பிரச்சினைக்கு பல காரணங்கள் இருக்கின்றன. மன அழுத்தம், மனச் சோர்வு, செரிமானப்பிரச்சினை போன்றவையும் தூக்க சுழற்சி முறையை சிதைக்கக்கூடியவை. சிலவகை இயற்கை உணவுகள் தூக்கத்தைத் தூண்டும் தன்மை கொண்டவை.

தூக்கம் செல்வதற்கு முன்போ அல்லது பகல் வேளையிலோ சிறிதளவு பாதாம் சாப்பிட்டுவந்தால் தூக்கத்தை மேம்படுத்தும் என்பது ஆய்வில் கண்டறியப்பட்டுள்ளது. தூக்கத்தை ஒழுங்குபடுத்தும் ஹார்மோனான 'மெலட்டோன்' மற்றும் தூக்கத்தை ஊக்குவிக்கும் கனிமமான 'மெக்னீசியம்' இதில் ஏராளம் இருக்கிறது. அவை நீண்ட நேரம் மற்றும் ஆழமான தூக்கத்திற்கு வழிவகை செய்யும். மேலும், மூளை மற்றும் நரம்புகளில் இனிமையான விளைவுகளை ஏற்படுத்தும் டிரிப்டோபன் அமினோ அமிலத்தின் செயற்பாட்டையும் மேம்படுத்தும். அதன் காரணமாக தூக்கம் தடைபடுவது தவிர்க்கப்படும்.

தூக்கமின்மை பிரச்சினைக்கு ஆளாகுபவர்கள், வாழைப்பழத்தையும் சாப்பிடலாம். அதிலும் டிரிப்டோபன் அமினோ அமிலம் நிறைந்திருக்கிறது. இது மூளைக்கு சமிக்கை கொடுத்து தூக்கத்தை வரவழைக்கும் வேதிப்பொருட்களை உருவாக்க உதவும்.

தூக்கத்தை ஊக்குவிக்கும் தன்மை பாலுக்கும் இருக்கிறது. வெறும்பே பாலை பருகாமல் அதில் சிறிதளவு மஞ்சள், குங்குமப்பூ கலந்து பருகினால் நன்றாக தூக்கம் வரும். அதிலும் டிரிப்டோபன் அமினோ அமிலம் நிறைந்திருக்கிறது. நடைப்பயிற்சி, யோகா செய்பவர்கள் பால் பருகி வந்தால் எந்த இடையூறமின்றி நன்றாக தூக்கலாம்.

இரவு குறைவாக சாப்பிடுவதே நல்லது. ஓடல் உணவை சாப்பிட்டுவந்தால் ஆரோக்கியம் மேம்படுவதோடு ஆழ்ந்த தூக்கத்தையும் தூண்டும். அதில் மன அழுத்தத்தை குறைக்கும் விட்டமின் பி6 சத்தும் நிறைந்திருக்கிறது.

மன அழுத்தத்தை குறைக்கும் ருத்ர முத்திரை



ருத்ர முத்திரை செய்யும் முறை
கட்டை விரல், ஆள்காட்டி விரல், மோதிர விரல்களின் நுனியைச் சேர்த்து வைக்க வேண்டும். நடுவிரலும் கண்ணிரலும் நீட்டி இருக்க வேண்டும். நான்காவியில் நிமிர்ந்து உட்கார்ந்து, கால்களைத் தரையில் பதித்தோ, விரிப்பின் மீது சப்பளங்கால் போட்டு நிமிர்ந்த நிலையில் அமர்ந்தோ, 10 முதல் 40 நிமிடங்கள் வரை இம் முத்திரையைச் செய்யலாம்.

சோர்வு, களைப்பு, தலைசுற்றல் உணர்வு, வயோதிர்ப்பில் ஏற்படும் கிறக்கம் ஆகியவற்றைச் சரி செய்யும். உடலுக்கு ஆற்றலைத் தரும். தலைக்கு இரத்த ஓட்டத்தை அதிகப்படுத்தும். நினைவாற்றல், கவனம் அதிகரிக்கும்.

ஆக்கடுக்கெலகை போக்கும் இயற்கை உணவுகள்



இம் முத்திரையை மாணவர்களை அவசியம் செய்யச் சொல்லலாம். பார்வைத்திறனைக் கூர்மைப்படுத்தும். இரத்த அழுத்தப் பிரச்சினை சுவாசப் பிரச்சினைகளைச் சீர்செய்யும். சிலர், ஒரு பக்கமாக சாய்ந்து நடப்பர், வலது பக்கம் மட்டும் நன்றாகக் கை வரும், இடது பக்கம் வராது. இதுபோன்ற சமநிலைத் தன்மை இல்லாதவர்களுக்கு இந்த முத்திரை நல்ல பலனைத் தரும்.

மன அழுத்தத்தால் ஏற்படும் இறக்கம், கழுத்து, முதுகு, இடுப்பு மற்றும் மார்பக வலி ஆகியவற்றை இந்த முத்திரை குறைக்கும். இரத்த நாளங்களில் உள்ள அடைப்புகள், கட்டிகள் ஆகியவற்றைச் சரிசெய்யும்.

காலில் உள்ள இரத்த நாளங்கள் சுருண்டு கொள்ளும் வெறிகொல் வெயின் பிரச்சினைக்கான வாய்ப்பைக் குறைக்கும். வயோதிபத்தில் ஏற்படும் நினைவாற்றல் பாதிப்பு நோய்க்கான நடுக்குவாதம் (Parkinson), அல்சைமர் பாதிப்பு உள்ளவர்கள் மூன்று மாதங்கள் தொடர்ந்து செய்துவர முன்னேற்றம் காணலாம்.



Jump Suits

Ladies Fashion

சிறு விளம்பரம்

WP BET-7573 Bajaj V15 201 6 motor cycle... திரிவிலர்கள்

WP BET-7573 Bajaj V15 201 6 motor cycle... 063704

Bajaj CT100 2018 motor cycle... 063702

மேலதிக விவரங்களுக்கு தொடர்பு கொள்ளுங்கள்... Mohamed Ismail Halideen

பொது அறிவித்தல் 2007ஆம் ஆண்டின் 07ஆம் இலக்க கம்பனிகள் சட்டம் 9(1) பிரிவின்...

பொது அறிவித்தல் 2007ஆம் ஆண்டின் 07ஆம் இலக்க கம்பனிகள் சட்டம் 9(1) பிரிவின்...

Repeat Your Ad For Better Offers

OBSERVER JOBS... www.observerjobs.lk

பெறுகை அறிவித்தல் சபை ஆதரவாளர்களை குத்தகைக்கு விடுதல் - 2021ஆம் வருடம்

பெறுகை அறிவித்தல் பதுளை மாநகர சபை

01. பதுளை மாநகர சபையால் கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ள பழுதுபார்ப்பு நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்வதற்காக இலங்கையர்களான ஒப்பந்தக்காரர்களிடமிருந்து திறந்த விலைமனுக்கள் அழைக்கப்படுகின்றன.

Table with 6 columns: இலக்கம், தொழில் துறையின் பெயர், மீளளிக்கப்படும் விலைமனுப் பிணை (ரூபா), மீளளிக்கப்படாத விலைமனு தொகை (ரூபா), தேசிய நிர்மாணிப்பு மற்றும் பயிற்றுவிப்பு நிறுவனத்திற்கமைவாக தரம், மதிப்பீட்டுத் தொகை (ரூபா)

- 02. மேலே அட்டவணையிலுள்ள தொழில்துறை தொடர்பாக தேசிய நிர்மாணிப்பு மற்றும் பயிற்றுவிப்பு நிறுவனத்தின் (ICTAD) பதிவு மற்றும் அதற்குச் சமமான வகையில் செயற்றிட்ட கைத்தொழில்கள் வெற்றிகரமாகப் பூர்த்தி செய்து, தேர்ச்சியைப் பெற்றுக்கொண்டுள்ள தகுதியுள்ள ஒப்பந்தக்காரர்களிடமிருந்து விலைமனுக் கோரப்படும்.

திகதி: 2020.10.08 மாநகர ஆணையாளர் பதுளை மாநகர சபை.

விலைகூறல்களுக்கான அழைப்பு

குடிவரவு, குடியகல்வுத் திணைக்களத்தில் பாவனையில்ிருந்து அகற்றப்பட்ட வாகனங்களை விற்பனை செய்வதற்கான கேள்விப் பத்திரங்களைக் கோருதல்

கீழ் விபரிக்கப்பட்ட, குடிவரவு, குடியகல்வுத் திணைக்களத்தில் பாவனையில்ிருந்து அகற்றப்பட்ட வாகனங்களை, திறந்த கேள்விப் பத்திரங்களைக் கோரி விற்பனை செய்வதற்கு குடியகல்வுத் திணைக்களத்தின் கொள்முதல் குழு தீர்மானித்துள்ளது.

Table with 4 columns: தொடர் இல., வாகன வகை, விலைகூறல் ஆணைக்களுக்கான திருப்பிச் செலுத்தப்படாத கட்டணம் (ரூ.), திருப்பிச் செலுத்தப்படுகின்ற விலைகூறல் பாதுகாப்பு வைப்பு (ரூ.)

- 1. விற்பனைக்காக முன்வைக்கப்பட்டுள்ள இந்த வாகனங்களை, 2020.10.15 தொடக்கம் 2020.11.02 வரை அலுவலக வேலை நாட்களில் மு.ப. 10.00 மணி தொடக்கம் பி.ப. 3.00 மணி வரை திணைக்கள வளவில் வைத்து இலவசமாக பரிசீலிக்கலாம்.

பூ.வி. சரத் ரூப்பிரி கட்டுப்பாட்டாளர் நாயகம், குடிவரவு, குடியகல்வுத் திணைக்களம், "சகுறுபாயா", ஸ்ரீ சுபுத்திர விதி, பத்தரமுல்லை.

Table with 6 columns: குத்தகைக்கு விடப்படும் ஆதரம், ஆக்க குறைந்த மாதாந்த கேள்வித் தொகை, ஒப்பந்த வைப்புத் தொகை, மின்சாரக் கட்டணங்களுக்கான வைப்புத் தொகை ரூபா, கேள்வி ஆவணக் கட்டணம், மீளளிக்கப்படும் கேள்வி வைப்பு ரூபா

மேலதிக விவரங்கள் விண்ணப்பப் படிவத்துடன் வழங்கப்படும் நிறுத்தனை படிவத்தில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள என்பதுடன் இதன் பொருட்கூறல்களை மாநகர சபையின் 041-222275 எனும் தொலைபேசியில் விசாரித்திருந்து கொள்ளலாம்.

2020-10-09ஆம் திகதி மாத்தறை மாநகர சபை அலுவலகத்தில்

கொழும்பு மாநகர சபை மாநகர பொறியியலாளரின் திணைக்களம் விலைமனுவிற்கான அழைப்பு

பின்வரும் வேலைக்காக விலைமனுக்கள் இரு பிரதிகளில் என்னால் ஏற்றுக் கொள்ளப்படும்.

Table with 6 columns: விலைமனு அம்சம், விலைமனுதாரரின் தகுதித்தன்மை, பெசே மற்றும் தேக்கவ அடங்கலாக மீளளிக்கப்படாத படிவக் கட்டணம் ரூ. ச., விலைமனுப் பிணைப் பெறுமதி ச., மேலதிக விபரங்களுக்கு தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய நபர்

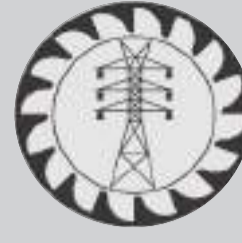
குறிப்பு: விலைமனுக்கோரல் ஆவணங்களுடன் விலைமனுக்களுக்கான விபரமான அழைப்பு வழங்கப்படும். விலைமனுக்கோரல் ஆவணங்களுடன் இணைக்கப்பட்டுள்ள கம்பனிகளின் பதிவாளர் திணைக்கள பிசி/9/13278 என்ற சுற்றறிக்கையைப் பார்வையிடவும்.

- விலைமனுக்களின் முடும் நேரம் : 2020.11.06 ஆம் திகதியன்று மு.ப. 10 மணிக்கு. முடும் நேரத்திற்கு பின்னர் பெற்றுக் கொள்ளப்படும் விலைமனுக்கள் நிராகரிக்கப்படும்.

- ஏனைய நிறுத்தனைகள்: (அ) ஒவ்வொரு விலைமனுதாரரும் CIDA தரத்தை நிரூபிப்பதற்காக செல்லுபடியாகும் தன்மையிலுள்ள ஆவணங்களை கேள்வி ஆவணங்களை கையேற்றும்போது முன்வைத்தல் வேண்டும் (ஏற்புடையதாயின்)

ரொஷாணி திசாநாயகம் - சட்டத்தரணி, மாநகர ஆணையாளர், கொழும்பு மாநகர சபை, நகர மண்டபம், கொழும்பு-07.

விலைமனுக் கோரல்



ලංකා විදුලිබල මණ්ඩලය
இலங்கை மின்சார சபை
CEYLON ELECTRICITY BOARD

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
பிராந்தியம்	கேள்வி இல. பொருட்களது விபரம் - தொகை	விலைமனு கோரல் முடிவு திகதி	பெறுகைக் குழு	விலைமனு ஆவணம் பெறும் இடமும் தொ. பே.இலக்கமும்	விலைமனு ஆவணவிலை (ரூபா)	கேள்வி வைப்புத் தொகை	விலைமனு கையளிக்கப்பட வேண்டிய அலுவலகம்.	விலைமனுக்கள் திறக்கப்படும் இடம்	தகவல் பிரதியின் விலை	கேள்வி விபரம். ICB NCB
பொருட்கள்										
பிராந்தியம்-02 (கிழக்கு)	DGM(E)/QPPC/20/193 காப்பிடல் சோதனைக் கருவி (Insulation Tester 5000V) வழங்குதலும் விநியோகித்தலும்	04-11-2020ம் திகதி பி.ப.2.00 மணி	மாகாணப் பெறுகைக் குழு (கிழக்கு)	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், திருகோணமலை 026-2222666 026-2221030	1500.00	92,500.00	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், உப்புலெளி, திருகோணமலை	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், உப்புலெளி, திருகோணமலை	பொருத்தமற்றது	NCB
சேவைகள்										
பிராந்தியம்-02 (கிழக்கு)	DGM(E)/QPPC/20/173 பாதுகாப்பு சேவை வழங்குதல் திருகோணமலை பிரதேச பிரதம மின் பொறியியலாளர் அலுவலகம், மாகாண களஞ்சியசாலை, விடுதிக்கட்டிடத் தொகுதி மற்றும் பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலககட்டிடத் தொகுதி	04-11-2020ம் திகதி பி.ப.2.00 மணி	மாகாணப் பெறுகைக் குழு (கிழக்கு)	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், திருகோணமலை 026-2222666 026-2221030	3500.00	மொத்த தொகையின் 2%	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், உப்புலெளி, திருகோணமலை	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், உப்புலெளி, திருகோணமலை	பொருத்தமற்றது	NCB
பிராந்தியம்-02 (கிழக்கு)	DGM(E)/QPPC/20/174 பாதுகாப்பு சேவை வழங்குதல் திருகோணமலை பிரதேச பிரதம மின் பொறியியலாளர் பிரிவின் கீழ் உள்ள கிணியா, கந்தளாய், மூதூர், சேருநுவர, கோமரன்கடவல், நிலாவெளி, திருகோணமலை நகர மின் பாவனையாளர் சேவை நிலையங்களுக்கும் தம்பலகாமம் மற்றும் தோப்பூர், புல்லோட்டை உப மின் பாவனையாளர் சேவை நிலையங்களுக்கும்.	04-11-2020ம் திகதி பி.ப.2.00 மணி	மாகாணப் பெறுகைக் குழு (கிழக்கு)	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், திருகோணமலை 026-2222666 026-2221030	3000.00	மொத்த தொகையின் 2%	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், உப்புலெளி, திருகோணமலை	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், உப்புலெளி, திருகோணமலை	பொருத்தமற்றது	NCB
பிராந்தியம்-02 (கிழக்கு)	DGM(E)/QPPC/20/175 பாதுகாப்பு சேவை வழங்குதல் மட்டக்களப்பு பிரதேச பிரதம மின் பொறியியலாளர் அலுவலகம், மட்டக்களப்பு பிரதேச கட்டுமான பிரிவு, மட்டக்களப்பு விநியோகம் பராமரிப்பு பிரிவு மற்றும் மட்டக்களப்பு நகர, ஏறாவூர், வாழைச்சேனை, வாகரை கருவாஞ்சிக்குடி, காத்தாங்குடி, வாகரை மின் பாவனையாளர் சேவை நிலையங்களுக்கும் மட்டக்களப்பு மாகாண உப களஞ்சியசாலை	04-11-2020ம் திகதி பி.ப.2.00 மணி	மாகாணப் பெறுகைக் குழு (கிழக்கு)	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், திருகோணமலை 026-2222666 026-2221030	3500.00	மொத்த தொகையின் 2%	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், உப்புலெளி, திருகோணமலை	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், உப்புலெளி, திருகோணமலை	பொருத்தமற்றது	NCB
பிராந்தியம்-02 (கிழக்கு)	DGM(E)/QPPC/20/176 பாதுகாப்பு சேவை வழங்குதல் கல்முனை பிரதேச பிரதம மின் பொறியியலாளர் அலுவலகம் மற்றும் கல்முனை, சம்மாந்துறை, நிந்தவூர், சாய்ந்தமருது மின் பாவனையாளர் சேவை நிலையங்களுக்கும் அட்டாளைச்சேனை உப மின் பாவனையாளர் சேவை நிலையத்திற்கும்.	04-11-2020ம் திகதி பி.ப.2.00 மணி	மாகாணப் பெறுகைக் குழு (கிழக்கு)	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், திருகோணமலை 026-2222666 026-2221030	3000.00	மொத்த தொகையின் 2%	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், உப்புலெளி, திருகோணமலை	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், உப்புலெளி, திருகோணமலை	பொருத்தமற்றது	NCB
பிராந்தியம்-02 (கிழக்கு)	DGM(E)/QPPC/20/177 பாதுகாப்பு சேவை வழங்குதல் அம்பாறை பிரதேச பிரதம மின் பொறியியலாளர் அலுவலகம், மற்றும் அம்பாறை இங்கினியாகல், வீரகொட, அக்கரைப்புற்று, தெகியத்தகண்டிய, பொத்துவில், கிங்குறாளை, மகாஓயா, உகளை மின் பாவனையாளர் சேவை நிலையங்களுக்கும் திருக்கோவில், சியம்பலான்டுவ உப மின் பாவனையாளர் சேவை நிலையங்களுக்கும்.	04-11-2020 ம் திகதி பி.ப.2.00 மணி	மாகாணப் பெறுகைக் குழு (கிழக்கு)	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், திருகோணமலை 026-2222666 026-2221030	3500.00	மொத்த தொகையின் 2%	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், உப்புலெளி, திருகோணமலை	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், உப்புலெளி, திருகோணமலை	பொருத்தமற்றது	NCB
பிராந்தியம்-02 (கிழக்கு)	DGM(E)/QPPC/20/178 பாதுகாப்பு சேவை வழங்குதல் அம்பாறை பிரதேச விநியோக கட்டுமான பொறியியலாளர் பிரிவு, விநியோக பராமரிப்புப் பிரிவு, வளதாபிட்டிய தூண் களஞ்சியசாலை மற்றும் மாகாண உப களஞ்சியசாலை	04-11-2020ம் திகதி பி.ப.2.00 மணி	மாகாணப் பெறுகைக் குழு (கிழக்கு)	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், திருகோணமலை 026-2222666 026-2221030	2000.00	மொத்த தொகையின் 2%	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், உப்புலெளி, திருகோணமலை	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், உப்புலெளி, திருகோணமலை	பொருத்தமற்றது	NCB
பிராந்தியம்-02 கிழக்கு	DGM(E)/QPPC/20/201 வாடகைக்கு வான் மின் அத்தியட்சகர் (கிரான் மின் பாவனையாளர் சேவை நிலையம்) -மட்டக்களப்பு (இரண்டு வருட காலம்)	04-11-2020ம் திகதி பி.ப.2.00 மணி	மாகாணப் பெறுகைக் குழு (கிழக்கு)	பிரதேச மின் பொறியியலாளர் அலுவலகம், மட்டக்களப்பு 065-2222639 அல்லது பிரதிப் பொதுமுகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், திருகோணமலை 026-2222666 026-2221030	1000.00	20,000.00	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், உப்புலெளி, திருகோணமலை	பிரதிப் பொது முகாமையாளர் (கிழக்கு) அலுவலகம், உப்புலெளி, திருகோணமலை	பொருத்தமற்றது	NCB

மேற்குறித்த பொருட்கள் வழங்கப்படல் தொடர்பாக வழங்குதாரர்களிடமிருந்து இலங்கை பிராந்தியம்-02 மின்சார சபை சார்பாக கொள்வனவுக் குழுவின் தலைவர் சர்வதேச/தேசிய போட்டித் தன்மைபுடன் கூடியதான விலைமனுக்களைக் கோருகின்றார். இலங்கை மின்சாரசபையிலிருந்து கொள்வனவு செய்யப்பட்ட ஆவணங்களில் மாத்திரமே விலைமனுக்கள் சமர்ப்பிக்கப்படல் வேண்டும்.

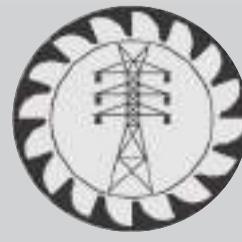
விலைமனுக் கோரல் உத்தேசித்திருப்பவர் அல்லது அவரது அங்கீகாரம் பெற்ற முகவர்களுக்கு மாத்திரமே விலைமனு ஆவணங்கள் விநியோகிக்கப்படும். தேவைக்கேற்ப அவர்கள் 1987 ஆம் ஆண்டின் 3 ஆம் இலக்க பொது ஒப்புநகர் சட்டத்திற்கேற்ப பதிவு செய்துகொள்ளல் வேண்டும்.

விலைமனுக்கோரல் முடிவுத் திகதிக்கு இரண்டு தினங்கள் இருக்கும் வரை விலைமனு ஆவணங்கள் விலைமனுக் கோரல் உத்தேசித்திருப்பவர்கள் அல்லது அவர்களது முகவர்கள் மூலம் உரித்தான முறையில் இலங்கை மின்சார சபையின் பிரதிப் பொது முகாமையாளருக்கு/பிரதம பொறியியலாளருக்கு எழுத்து மூலமாக விண்ணப்பித்து 6ஆம் கூட்டில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள தொகையை வழங்குவதன் மூலம் கடமை நாட்களில் 09.00 மணிமுதல் 15.00 மணி வரையிலான காலப்பகுதிக்குள் ஆவணங்கள் பெற்றுக்கொள்ளலாம். பணமாகவோ இலங்கைமின்சார சபை பொது முகாமையாளர் சார்பாக வரையப்பட்ட வங்கிவரைவுப் பத்திரம் ஒன்றின் மூலமாகவோ கொடுப்பனவுகள் மேற்கொள்ளப்படலாம்.

எழுத்து மூலமான விண்ணப்பமொன்றின் அடிப்படையில் வெளிநாட்டுத் தூதரகங்கள்/வர்த்தக ஆணைக்குழுக்கள் என்பன இலவசமான முறையில் விலைமனுக்கோரல் ஆவணங்களைப் பெற்றுக்கொள்ளலாம். இ.மி.சபையின் உரித்தான பி.பொ.மு/பிரதம பொறியியலாளர்களது அலுவலகங்களில் வைத்து உத்தேச விலைமனுதாரர்களினாலும் அவர்களது முகவர்களினாலும் விலைமனுக்கோரல் ஆவணங்கள் இலவசமாகப் பரிசீலிக்கப்படலாம்.

9 ஆம் கூட்டில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள இடத்தில் வைத்து விலைமனுதாரர்கள் மற்றும் அவர்களது முகவர்கள் முன்பாக விலைமனுக்கோரல் நேரம் முடிந்தவுடனேயே விலைமனுக்கள் திறக்கப்படும். காலம் பிந்திவரும் மனுக்கள் நிராகரிக்கப்படும். விலைமனு ஆவணங்கள் விநியோகிப்பவர்களான இ.மி.சபை.பொ.மு/பிரதம பொறியியலாளர் ஆகியோர்களிடமிருந்து விலைமனுக்கோரல் முடிவு திகதிக்கு இரண்டு வாரங்களுக்கு முன்பாக அனைத்து விளக்கங்களும் பெற்றுக்கொள்ளப்படல் வேண்டும்.

பொதுமுகாமையாளர்
இலங்கைமின்சார சபை



ලංකා විදුලිබල මණ්ඩලය
இலங்கை மின்சார சபை
CEYLON ELECTRICITY BOARD

