மலர் : 20
இதழ் : 2

அடித்தளம்

அன்பியங்களின் தொடர்பிதழ்

குழித்துறை மறைமாவட்டம்

பிப்ரவரி 2025

தனிச்சுற்றுக்கு மட்டும்

அன்பியத்தில் இறையாட்சி

இயக்குநரிடமிருந்து......

அன்பினால் அகிலத்தை உருவாக்க, குடும்பங்கள் இணைந்து அன்பியங்களாகி, இறையாட்சியை பறைசாற்ற ஒன்றிணைந்து அன்பிய மாநாட்டை சிறப்பாக்கிய அனைத்து தந்தையர்களுக்கும், அன்பிய நிர்வாகிகளுக்கும், அன்பிய மக்களுக்கும் நெஞ்சம் நிறைந்த நன்றிகளையும் வாழ்த்துகளையும் உரித்தாக்குகிறேன்.

"ஆற்றல்மிக்க அன்பின் ஆட்சி, அமைதிதந்த அன்பரின் ஆட்சி, அனைத்து உலகின் அரசாட்சி, அன்பியங்கள் பரப்பும் இறையாட்சி"

படைப்பிலேயே சிறப்புமிக்க படைப்பாம் மனிதன் குடும்பங்களிலும், அன்பியங்களிலும், சமூகத்திலும் இறை உறவை அடிப்படையாகக் கொண்டு இறைமதிப்பீடுகளைக் கட்டியெழுப்புவதே இறையாட்சி.

தன்னலம் பாராது பொதுநலம் நோக்கும் உயரிய சிந்தனையில் நம்மோடு வாழும் சகமனிதர்களிடையே எல்லையற்ற அன்போடும், விடைபெறாத மகிழ்ச்சியோடும், நிரந்தரமான அமைதியோடும், நிலையான நீதியோடும், சமதர்ம சமத்துவம் பேணி, மனிதநேயம் காக்கும் சகோதரராய், ஏழையரில் கனிவு கொண்டு, இரக்கத்தால் பரிவுகாட்டி, நன்மைதனத்தால் இறைபணிசெய்து, நம்பிக்கையோடு இறையாட்சியை விதைப்போம். அன்பினால் பிணைந்த அன்பு சமூகத்தை கட்டியெழுப்புவோம். அன்பியங்களால் இறையாட்சியை அமைப்போம்

மேலும் ஆளுமையில் வளரும் நாளைய எதிர்காலங்கள் தங்கள் வாழ்க்கையின் அடித்தளமான பொதுத்தேர்வு எழுத தயாராகிவரும் நிலையில், ஞானத்தோடு, இறையாற்றலின் துணைகொண்டு நல்லமுறையில் தேர்வு எழுதவும், தங்களின் இலக்கை பிரதிபக்கச் செய்யும் அளவுக்கு கடின உழைப்பாலும், தன்னம்பிக்கையாலும், விடாமுயற்சியாலும், உடலையும் உள்ளத்தையம் பண்படுத்த இறைவனின் ஆசீர் என்றும் நிலைக்க வேண்டும் என்றும், இறையாட்சியின் அடித்தளமான அன்பியங்கள் இவர்களுக்கு ஊக்கமளிக்கும் ஊன்றுகோலாக செயல்படுவோம்.

நானிலத்திற்கு நன்மைபயக்கும் இறையாட்சிபணி அன்பியங்கள் வழியாகத் தொடரட்டும். மேலும் அன்பியங்கள் மனிதனைப் பண்படுத்தும் பண்பியங்களாகவும், இறையாட்சியின் பாதையை சீர்தூக்கும் மேய்ப்பர்களை உருவாக்கும் பாசறையாகவும் வளரட்டும். உடலாலும், உள்ளத்தாலும் ஆரோக்கியமான வாழ்வு பெற்று, மன்னிப்பால் பகைமையை மறந்து அமைதியான வாழ்வைத் தழுவி, கடின உழைப்பாலும், முயற்சியாலும் பொருளாதார தடைநீங்கி கடனற்ற வாழ்வால் அமைதி நிலைத்து, இறையாட்சியைப் பரப்பும் தூதுவர்களாக வாழ்ந்து இறைபணி செய்திட, அன்பியங்கள் கருவியாகட்டும் என மனமார வாழ்த்துகிறேன்.

பணி தோழமையில்

அருட்பணி. **மோ. ஆல்வின் விஜய்**

இயக்குநர், அன்பிய பணிக்குழு

முதல் வாரம்

புற்றுநோய் – எதிர்கொள்வோம்

Dr. JOSEPHIN MBBS, MD, DNB (Gen. Med.), FCD (Diab)
St. Xavier Catholic Multispeciality Hospital
Chunkankadai, Nagercoil.

உலகையே அச்சுறுத்தும் ஒரு கொடிய நோய் புற்றுநோய். உலகளவில் இறப்புக்கான 2-வது முக்கிய நோயாக புற்றுநோய் விளங்குகின்றது. உலக சுகாதார நிறுவனம் கொடுத்த புள்ளி விபரப்படி 9.6 மில்லியன் மக்கள் புற்றுநோயால் இறந்துள்ளனர். ஆறு பேரில் ஒருவர் புற்றுநோயால் மரணிக்கின்றார். இந்தியாவியே புற்றுநோய் அதிகம் உள்ள மாநிலங்களில் தமிழ்நாடு பல ஆண்டுகளாக முதலிடத்தில் உள்ளது. 2023 ஆம் ஆண்டில் மாநிலத்தில் சுமார் 82000 பேர் இந்த நோயினால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளனர். இந்த நோயைப்பற்றி கேள்விப்பட்டாலே பய உணர்வும், பரிதாப உணர்வும்தான் நம்மிலே எழுகின்றன.

புற்றுநோய் என்றால்?

நமது உடல் பல்வேறு செல்களால் ஆனது. பழைய செல்கள் இறப்பதும், புதிய செல்கள் உருவாவதும் மனித வளர்ச்சியில் இயல்பாக நடப்பவை. நம் உடலில் உள்ள செல்களின் வளர்ச்சியில் ஏற்படும் சில அசாதரண மாற்றங்களால் தன்னிச்சையாகச் செயல்படத் துவங்கும் சில தேவையற்ற அதிகப்படியான செல்களை புற்றுநோய் செல்கள் என்கின்றோம்.

எதிர்கொள்ள முடியுமா?

இந்த நோயை எதிர்கொள்வது என்பது நம் ஒவ்வொருவரின் கடமை. இந்த நோயை நாம் எதிர்கொள்ள முடியுமா? நேரத்தோடு கண்டறிதலே இந்த நோயை நாம் எதிர்கொள்ளக்கூடிய வழிமுறையாகும். நோய் வந்தபின் சிகிச்சை எடுத்தல் என்ற நிலை இல்லாமல் வருமுன்பே இந்த நோய் பற்றிய விழிப்புணர்வுடன் செயல்பட்டால் இந்தநோயை நாம் கட்டுப்படுத்தலாம். விழிப்புடன் வாழ்தலே எதிர்கொள்ளும் முறையாகும்.

நோயாளிகளுக்கு நாம் என்ன செய்யலாம்?

புற்றுநோயினால் பாதிக்கப்பட்ட ஒருவர் மனதளவில் மிகப்பெரும் சோகத்தை, பயத்தைச் சந்திக்கின்றார். எனவே, தன்னைத்தானே தனிமைப்படுத்திக்கொள்ள முயற்சிக்கின்றார். தன் வலி பிறருக்கு துன்பம் ஏற்படுத்தாமல் இருக்க தன் வலிகளை மறைத்து மனதளவில் வேதனைப்படும் நிலை உள்ளது. பணமோ, பொருளோ அல்ல. மாறாக,

நல்ல நேர்மறையான எண்ணங்களை, நம்பிக்கையூட்டும் வார்த்தைகளை நோயாளிகளுடன் பகிர்ந்துகொள்தல் வேண்டும். நோயாளிகளைச் சந்திக்கச் செல்லும்போது ஒரு துளியளவு கூட எதிர்மறை கருத்துக்களைப் பகிர்ந்து கொள்ளாதீர்கள். அதுபோல பல மருத்துவ ஆலோசனைகளை வழங்காதீர்கள். தொடர்ந்து இதுபற்றிப் பேசுவோம் அடுத்த இதழில்...

தொடரும்...

இரண்டாவது வாரம்

இறையாட்சியை நிறைவேற்றுதலே அன்பியத்தின் இலக்கு

அருட்பணி. **மோ. ஆல்வின் விஜய்**
இயக்குநர், அன்பிய பணிக்குழு

இறையாட்சியைக் கட்டியெழுப்பும் அன்பியங்கள்

அன்பியங்கள் ஒரு குடும்பத்தை, சமூகத்தை இறையாட்சிப் பாதையில் இயங்கச் செய்யும் ஒரு அமைப்பு. அன்பால் குடும்பங்களை ஒன்றிணைத்து, திக்கற்றவர்களுக்கு நன்மையைச் செய்து, ஏழ்மையிலிருப்போருக்கு கரம் கொடுத்து, தடுமாறுவோருக்கு ஊக்கமளித்து, இறையாட்சியைப் பரப்பும் திரு அவையின் ஒரு அங்கம். செபத்தையும் தவத்தையும் ஒன்றாக்கி அன்பியமாகக் கூடி இறையாட்சியை அமைக்கும் இலக்குடன் செயல்பட அன்பியங்கள் ஓர் வழிகாட்டி. இந்த அன்பியங்கள் மூலம் இறையாட்சி நம்மில் அமைந்தால்...

- வேறுபாடுகள் வேரறுக்கப்பட்டு சமத்துவம் மலரும்.
- தீமைகள் இல்லாதொழிந்து நன்மை தளைக்கும்.
- குடும்பங்களுக்கிடையே உறவுகள் வலுப்படும்.
- இல்லாமை, கல்லாமை என்பவை காணாமல் போய்விடும்.
- இறையாட்சியின் நெறிகள் நமது வாழ்விடங்களில் எதிரொலிக்கும்.
- தூய ஆவியின் கனிகளும், கொடைகளும் நம்மைச் சூழ்ந்திருக்கும்.

சிதறுண்டிருக்கும் வாழ்க்கை நிலையை ஒன்றிணைத்து, இறையாட்சியின் பாதையில் பொய்மையிலிருந்து மெய்மைக்கும், இருளிலிருந்து பேரொளிக்கும், துயரிலிருந்து நலத்திற்கும்,

சாவிலிருந்து வாழ்வுக்கும் நம்மைத் தயார்படுத்த இறையாட்சி நமக்கு வழிவகுக்கிறது. இவ்விறையாட்சியை அன்பியங்கள் வழியாக வலுப்படுத்த முடியும் என்பதில் எவ்வித ஐயமுமில்லை.

அன்பியத்தில் இறையாட்சி மலர

அன்பியங்களில் இறையாட்சி மலர இறையாட்சியையே காவு கேட்கும் சில கூறுகள் ஏராளமாக உள்ளன. அவற்றுள் மிகவும் முக்கியமானவை :

1. முன்சார்பு எண்ணம்

ஓர் அமைப்பின், குடும்பத்தின், குழுமத்தின் எழுச்சிமிக்க வளர்ச்சிக்கு இடையூறாக அமைவது இந்த முன்சார்பு எண்ணம் என்றால் மிகையாகாது. அன்பியத்தில் உள்ள அனைவரும் செயல்படும் விதத்தில் வாய்ப்பளியுங்கள். அவ்வாறு வாய்ப்புகள் வரும்பொழுது முன்சார்பு எண்ணம் உடையோரும் தனது தவறுகளைத் திருத்தி, வருந்தும் நிலை உருவாகும். அவ்வாறு உருவாகினால் அன்பியம் வளர்ச்சி என்னும் இலக்கை அடையும்.

2. தாழ்வு மனப்பான்மை

என்னால் முடியாது. இவை எனக்கு சாத்தியமாகாது என்ற எதிர்மறை சிந்தனையை மாற்றி நேர்மறை சிந்தனையோடுச் செயல்பட வேண்டும். அதற்காக அன்பியத்தில் உள்ள குழந்தைகள் முதற்கொண்டு பெரியோர்கள் வரைக்கும் பயிற்சிகள் அளிக்கலாம். அன்பியச் செயல்பாடுகளில் அவர்களின் கருத்துக்களுக்கு பாராட்டுகள் தெரிவிக்கலாம். ஆளுமையை வளர்த்தெடுக்கும் வகையில் திட்டங்கள் தீட்டலாம்.

3. பகிர்தல், பாராட்டுதல்

இறையாட்சியின் கூறுகளுள் இவை முக்கிய இடம்பெறுகின்றன. எனவேதான் திருத்தந்தை பிரான்சிஸ் மன்னிப்பு, நன்றி, மகிழ்ச்சி போன்ற வார்த்தைகளை வாழ்க்கையில் அடிக்கடி தேவைக்கேற்பப் பயன்படுத்த வேண்டும் என்று வலியுறுத்துகிறார்.

சிந்தனை :

1. நம் வாழ்க்கையில் முன்சார்பு எண்ணங்களால் ஏற்படும் விளைவுகளை கூறுவோம்.
2. தாழ்வு மனநிலை என்ற கொடிய முன்சார்பு கூறுகளிலிருந்து ஒருவரை விடுவிப்பது எப்படி?

இக்கட்டுரையின் தொடர்ச்சி அடுத்தவாரம் பார்ப்போம்...

மூன்றாவது வாரம்

இறையாட்சியை நிறைவேற்றுதலே அன்பியத்தின் இலக்கு

அருட்பணி. **மோ. ஆல்வின் விஜய்**
இயக்குநர், அன்பிய பணிக்குழு

இறையாட்சியைக் கட்டியெழுப்பும் அன்பியங்கள்

முந்தைய வார பகுதியில் இத்தலைப்பிலேயே முன்சார்பு எண்ணம், தாழ்வு மனப்பான்மை, பகிர்தல், பாராட்டுதல் என்ற கருத்துக்களில் சிந்தித்தோம். அதன் தொடர்ச்சியை இப்பகுதியில் பார்ப்போம்.

4. ஈகோ

ஈகோ என்பது தன்னையும் பிறரையும் விடாத ஒரு கொடிய நோய். இதன் தூண்டுதலுக்கு இடமளித்தால் நன்மையை, உண்மையை உய்த்துணர முடியாத நிலை ஏற்படும். சுயஅறிவு, ஆற்றல் இழந்து மனதில் தீமையை விளைவிக்கும். பிறரின் கருத்துக்கள் நன்மை நிறைந்ததாயினும் ஏற்றுக்கொள்ள முடியாமல் அகந்தை தலைவிரித்தாடும். அகந்தை அழிவுக்கு ஆரம்பம். எனவே, அழிவைத் தருகின்ற அகந்தையை, ஆணவத்தை அகற்றி வாழ முயற்சிக்க வேண்டும்.

5. குறுகிய மனப்பான்மை

சுயநலப்போக்கு எனற குறுகிய மனப்பான்மை இறையாட்சியை பின்னோக்கிய நிலைக்குக் கொண்டுவிடும். குறுகிய வட்டத்தை விட்டு தொலைநோக்குப் பார்வையில் சிந்தித்தால் மட்டுமே இறையாட்சியைக் கட்டியெழுப்ப முடியும்.

6. காலந்தவறுதல்

காற்றுள்ள போதே தூற்றிக் கொள் என்ற பழமொழிக்கேற்ப எச்செயலையும் காலம் தாழ்த்தாமல் உரிய காலத்தே நிகழ்த்த வேண்டும். திட்டங்களையும் தீர்மானங்களையும் குறிப்பிட்ட காலத்திற்குள் செயல்படுத்திவிட்டால் அன்பியத்தை அடுத்தகட்ட நிலைக்கு அதாவது வளர்ச்சி நிலைக்குக் கொண்டுசெல்ல முடியும்.

7. தெளிவுநிலை

அன்பியங்களில் எடுக்கும் தீர்மானங்கள், செயல்பாடுகள் அனைத்தும் அனைத்து மக்களுக்கும் தெளிவான முறையில் சென்றடைய வேண்டும். செய்திகள் பகிரப்படும்போதும், செயல்திட்டங்கள் நிறைவேற்றும்போதும் கவனச்சிதைவு ஏற்படாமல் இருந்தால் சரியான தகவல்கள் அனைவருக்கும் சென்றுசேரும். இது ஒன்றிணைந்துச் செயல்படவும் தேவையற்ற விமர்சனங்களைக் களையவும் வழிவகுக்கும்.

இலக்கை எட்டுவோம் ! இறையாட்சியை நிலைநாட்டுவோம் !

திருஅவை வளர்ச்சியில் அன்பியங்கள் தம் ஒற்றை, உயரிய இலக்கான இறையாட்சியை நிலைநாட்டுவதில் தனிக்கவனம் செலுத்த அழைக்கப்படுகின்றன. நாம் எப்போதும் இறையாட்சியின் உரிமையாளராகும் பேறுபெற்றவர்கள் என்று உணரும் விதத்தில் செயல்படவேண்டும். நம் அன்பிய பகுதிகளில் இறையாட்சியை நிலைநாட்டுவதும் அன்பியங்களுக்கு அணிகலன்களாக அமையட்டும்.

சிந்திக்க :

1. அன்பியத்திற்கான உயரிய லட்சியம் எது?
2. உங்கள் வாழ்க்கையில் ஏதேனும் சூழல்களில் முன்சார்பு கூறுகளுக்கு அடிமைப்பட்ட அனுபவங்கள் இருந்தால் கூட்டத்தில் பகிரவும்.

நான்காவது வாரம்

பொதுத்தேர்வு வெற்றிக்கான படிநிலைகள்

திருமதி. **கிறிஸ்டல் மேரி**
மேல்புறம்

பொதுத்தேர்வுகள் நெருங்கிவரும் சூழலில் மாணவர்களின் கற்றல் திறனை மேம்படுத்தவும், முழு மதிப்பெண்கள் பெற்று வாழ்வில் சாதனையாளராகவும் வேண்டிய வழிமுறைகளை இக்கட்டுரை வழிகாட்டும். வருங்கால தலைமுறைக்கு தன்னம்பிக்கையூட்ட பெற்றோரின் துணையும், வழிகாட்டுதலும், உடனிருப்பும் மிகமிக முக்கியமான ஒன்று என்பதைக் கருத்தில் கொண்டு அன்பியங்கள் வழியாக மக்களுக்கு எடுத்துரைப்போம்.

தேர்வில் வெற்றிபெறுவதோ அதிக மதிப்பெண்களைப் பெறுவதோ முதல் மாணவனாக வருவதோ கடினமான ஒரு காரியமல்ல. ஏனெனில், தேர்வில் கேட்கப்படும் வினாக்கள் அனைத்தும் பாடத்திட்டத்தின் வரையறைக்குள் இருந்துதான் அமைகிறது. எனவே, தேர்வில் வெற்றி பெறுவது மிக எளிமையான ஒரு காரியமாகும்.

துணிவு, தன்னம்பிக்கை, விடாமுயற்சி, கடின உழைப்பு, திட்டமிடல் போன்ற பண்புடையவர்கள் வெற்றியாளர்களே. இதன்மூலம் தேர்வில் சிறப்பான மதிப்பெண்களைப் பெறமுடியும். வாழ்வின் அடித்தளம் கல்வி. கல்விப் பயணத்தில் வெற்றி பெற்றால் வாழ்க்கைப் பயணத்தில் எளிதாக வெற்றிபெறலாம். மாணவர்கள் வெற்றிபெற மாணவர்களின் பெற்றோருக்கும் கடமைகள் உண்டு. மாணவர்களை ஊக்குவிப்பதிலும்,

தன்னம்பிக்கை அளிப்பதிலும், ஆரோக்கியமான உடல்நிலைக்கான உணவுகளைக் கொடுப்பதிலும், அவர்களுக்கான தேவைகளை இனங்கண்டு நிவர்த்தி செய்வதிலும், அவர்களோடு உடனிருப்பதிலும் முக்கியப் பங்காற்ற வேண்டும்.

மாணவர்களின் பொதுவான தேர்வுப் பிரச்சினைகள் என்னென்ன? அவற்றிலிருந்து விடுபட்டு தேர்வை பயமின்றி எதிர்கொண்டு நினைத்தவாறு மதிப்பெண்களைப் பெற்று மகிழ்வது எப்படி? என்பதைப் பற்றி தெரிந்து கொள்வோம்.

1. சுய ஆர்வம்

தேர்வு என்பது மதிப்பெண்களை சுயமதிப்பீடு செய்ய ஓர் கருவியாகக் கொள்ள வேண்டும். தேர்வு எழுதும் மாணவர்கள் பாடங்களைப் படிப்பதிலும், தேர்வில் முழுமதிப்பெண் பெறுவதிலும் சுய உந்துதல் மற்றும் முழு ஆர்வமுடையவராய் இருத்தல் வேண்டும். பெற்றோர், ஆசிரியரின் உந்துதலின் அடிப்படையில் படிக்காமல், தேர்வு வாழ்க்கைக்கான படிக்கற்கள் என்பதை உணர்ந்து படிக்க வேண்டும்.

2. சரியானத் திட்டமிடல்

சரியானத் திட்டமிடல் இருந்தால் எந்த ஒரு செயலிலும் எளிதாக வெற்றிபெற முடியும். தேர்வுக்கு தயாராகும் மாணவர்கள் ஒரு தெளிவான கால அடட்வணையை உருவாக்க வேண்டும். ஒவ்வொரு பாடத்திற்கும் எவ்வளவு நேரம் ஒதுக்க வேண்டும் என்பதைத் தீர்மானித்து, அதற்கேற்ப படிக்க வேண்டும். கடினமான பாடங்களுக்கு அதிக நேரத்தை ஒதுக்குவது சிறப்பானது. தினமும் படிக்க வேண்டிய பாடங்களை முன்கூட்டியேத் திட்டமிட்டு, அந்த அட்டவணையை தவறாமல் பின்பற்ற வேண்டும்.

3. பாடங்களை புரிந்துப் படித்தல்

மனப்பாடம் செய்வது தற்காலிக நினைவாற்றலைப் பொறுத்தது. அது எளிதில் மறந்துவிடும். ஆனால், புரிந்துப் படிப்பது நிரந்தரமான நீண்டகால நினைவாற்றலை அளிக்கிறது. பாடங்களை புரிந்துப் படிக்கும்போது, முக்கிய தகவல்களை அடிக்கோடிட்டு அல்லது குறிப்பெடுத்துக் கொள்ளவேண்டும். இதன்மூலம் ஒரு மதிப்பெண் வினாக்களுக்கும், புத்தகத்தின் உள்பகுதியிலிருந்து கேட்கப்படும் சிறு மற்றும் குறு வினாக்களுக்கும் எளிதாகப் பதிலளிக்கலாம். அதேபோன்று சொந்த நடையில் குறிப்புகள் எடுத்துப் படிப்பது, குறிப்புகளை வரைபடங்கள், அட்டவணைகள் மற்றும் எளிய சொற்களைக் கொண்டு உருவாக்குவது போன்றவை நினைவாற்றலை ஊக்கப்படுத்தும்.

4. பாடத்திலுள்ள உள்ளடக்கங்களைத் தெரிந்துப் படித்தல்

பாடம் படிக்கும்போது முக்கியமாகத் தெரிந்து கொள்ளவேண்டியது பாடத்தின் உள்ளடக்கங்கள். உள்ளடக்கங்களைக் குறிப்பெடுத்து அதன் உட்பகுதியில் என்னென்ன கருத்துக்கள்,

தகவல்கள் உள்ளன என்பதை தெளிவாக அறிந்து வைத்திருந்தால் மட்டுமே வினாத்தாளில் உள்ள வினாக்கள் எந்த பகுதியிலிருந்து கேட்கப்பட்டவை என்பதை புரிந்து விடையளிக்க முடியும். தேர்வில் கேட்கப்படும் பயன்பாட்டு வினாக்களுக்குப் பதிலளிக்க மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கும். மேலும், தேர்வு நேரத்தில் இந்த குறிப்புகளை விரைவாகப் பார்த்து நினைவுக்குக் கொண்டுவரலாம்.

5. வினா வங்கிகள் வைத்து பயிற்சி செய்தல்

பழைய வினாத்தாள்களைச் சேகரித்து பயிற்சி செய்வது தேர்வுக்கு தயாராவதற்கான சிறந்த வழிகளில் ஒன்றானதாகும். இதன்மூலம் தேர்வு முறை, கேள்விகளின் அமைப்பு மற்றும் நேர நிர்வாகம் போன்றவற்றை அறிந்துகொள்ளலாம். பழைய வினாத்தாள்களை பயிற்சி செய்வதன்மூலம், எந்த பகுதிகளில் அதிக கவனம் செலுத்தவேண்டும் என்பதையும் அறிந்து கொள்ளலாம்.

6. சுயமதிப்பீடு செய்தல்

திருப்புதல் தேர்வு, சுயபரிசோதனைக்கான தேர்வு போன்றவற்றை எழுதுவதில் ஆர்வம் காட்ட வேண்டும். இதுபோன்ற தேர்வு எழுதிய பின்னர், விடைத்தாளை தானே சரிபார்த்து மதிப்பிடுவது சிறப்புமிக்கது. இதனால் தவறுகளைத் திருத்திக்கொள்ளவும், அதே தவறுகளை மீண்டும் செய்யாமல் தவிர்க்கவும், மதிப்பெண் குறித்து சுயமதிப்பீடு செய்யவும் உதவியாக அமையும். மேலும், எந்த பகுதிகளில் தெளிவற்ற நிலை உள்ளது என்பதை அறிந்து, அந்த பகுதிகளில் அதிக கவனம் செலுத்தலாம்.

7. ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை முறை

உடல், உள ஆரோக்கியம் தேர்வுக்குத் தயாராவதற்கு மிகவும் அவசியம். அதனடிப்படையில் மாணவர்கள் இயற்கையான, எளிதில் செரிமானம் அடையக்கூடிய, சரிவிகித உணவுமுறையைப் பின்பற்றுதல், தேவையான அளவு தூக்கம், தேவைக்கு ஏற்ப நீர் அருந்துதல் மற்றும் உடற்பயிற்சி ஆகியவை மேற்கொண்டு உடலையும் உள்ளத்தையும் ஆரோக்கியமாக வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். மனஅமைதி மற்றும் கவனத்தை மேம்படுத்த தியானம் மற்றும் யோகா போன்றவற்றைச் செய்யலாம்.

8. படிக்கும் முறை

தேர்வுகளுக்காக படிக்கும் இடமும், நேரமும் தகுந்த முறையில் அமைத்துக்கொள்வது இன்றியமையாதது. அவ்வண்ணமே படிப்பதற்கென அமைதியான சூழலைத் தேர்வு செய்யவேண்டும். பகல் வேளைகளில் இயற்கை அழகு மிகுந்த தோட்டங்களில் சென்று தனிமையில் படிக்கலாம். மாலை நேரங்களில் படிப்பதற்காக நல்ல காற்றோட்டமான, சுகாதாரமான அறைகளைத் தேர்வுசெய்துப் பயன்படுத்தலாம்.

9. தெளிவுபெற்றுப் படித்தல்

பாடங்களில் சந்தேகங்கள் ஏற்படும்போது ஆசிரியர்கள் மற்றும் நண்பர்களின் உதவியை நாடலாம். மிகக்கடினமான பாடங்களை நல்ல நண்பர்களுடன் கலந்துரையாடிப் படிப்பது நல்லது. குழுவாக படிக்கும்போது, ஒருவருக்கொருவர் உதவிசெய்து சந்தேகங்களை நிவர்த்தி செய்யலாம். மற்றவர்களுடன் கலந்துரையாடுவதன்மூலம் பாடங்களை நன்றாகப் புரிந்து கொள்ளமுடியும்.

10. தேர்வு எழுதும்போது கவனிக்க வேண்டியவை

படித்தவற்றை வெளிப்படுத்துவது அல்ல தேர்வு. மாறாக, வினாத்தாளில் கேட்கப்பட்ட கேள்விகளுக்கு ஏதுவான விடையைத் தெளிவாகக் குறிப்பிடப்பட வேண்டும்.

வினாத்தாள் கிடைத்தஉடன் மேலோட்டமாக வாசித்து விட்டு விடை எழுதக்கூடாது. அவ்வாறு எழுதும்போது அது சரியான விடையாக அமையாது. மாறாக, ஒன்றுக்கு இரண்டு முறை தெளிவாகப் புரிந்து வினாத்தாளை வாசித்தப் பின்புதான் விடையெழுத வேண்டும்.

வினாத்தாள் கிடைத்த உடன் நன்கு தெரிந்த வினாக்களைக் கண்டுகொள்ள வேண்டும். முதலில் நன்கு தெரிந்த விடைகளை எழுதி முடிக்க வேண்டும். நன்கு தெரியாத வினாக்களுக்காக அதிக நேரத்தைச் செலவிடுதல் கூடாது.

விடைத்தாளில் அடித்தல், திருத்துதல் போன்றச் செயல்களில் ஈடுபடுதல் கூடாது.

தேர்வு நேரத்திற்கும் 10 நிமிடத்திற்கு முன்னால் விடை எழுதி முடிக்க வேண்டும். அதேபோன்று இறுதி 10 நிமிடங்கள் விடைகள் மற்றும் வினா எண்கள் சரியாக எழுதப்பட்டுள்ளதா என்று சரிபார்க்க வேண்டும்.

தேர்வுக்குத் தேவையான உபகரணங்களை தேர்வுக்கு முந்தைய நாளே சரிபார்த்து எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவேண்டும்.

தேர்வு எழுதி முடித்த பாடங்களைப் பற்றி தேர்வு காலங்களில் ஆய்வு செய்தல் கூடாது.

இவற்றை மாணவர்கள் கடைபிடித்தால், தேர்வில் அதிக மதிப்பெண் பெறுவது உறுதி. கடின உழைப்பு, சரியானத் திட்டமிடல் மற்றும் முயற்சியுடன் படித்தால் எந்த ஒரு இலக்கையும் அடையமுடியும். தேர்வுகளை ஒரு சவாலாக இல்லாமல், வாழ்க்கைக்கு தன்னம்பிக்கையூட்டும் அடித்தளமாக ஏற்றுக்கொண்டு சிறப்பாகச் செயல்பட வாழ்த்துக்கள்.

சிந்தனைகள் :

1. தேர்வின் வெற்றிக்கான படிநிலைகளை படிக்கின்ற ஒவ்வொரு பிள்ளைகள் மற்றும் பெற்றோரின் கரங்களில் கொடுத்து வழிகாட்டுவோம்.

2. தேர்வுக்கு தயாரிக்கும் மாணவர்கள் முதலில் இறைவனை கண்பார்வையிலேயேப் பதித்திடுவோம்.

மாநாட்டு அறிக்கை

குழித்துறை மறைமாவட்டம் அன்பிய மாநாடு 18.01.2025 சனிக்கிழமை தூய தேவசகாயம் திருத்தலம், நட்டாலத்தில் "**அன்பியத்தில் இறையாட்சி**" என்ற சிந்தனையில் குழித்துறை மறைமாவட்ட மேதகு ஆயர் முனைவர் ஆல்பர்ட் அனஸ்தாஸ் அவர்கள் தலைமையில் நடைபெற்றது.

மாநாட்டு வரவேற்பு குழுவினர் வருகை பதிவினை மிக சிறப்பாக செய்தனர். முள்ளங்கனாவிளை பங்கு இறைமக்களின் கும்ப ஆரத்தியுடன், முளகுமூடு மறைவட்டத்தினர் வரவேற்புரை நடனம் மூலமும் அனைவரையும் வரவேற்றார்கள். ஒருங்கிணைய இறைவார்த்தை பவனியில் விவிலியம், பதாகை, ஒளி, பூ, தூபம் ஆகியவை இடம்பெற்றன. தொடர்ந்து விவிலிய அரங்கேற்றம், இறைவார்த்தை அஞ்சலி, இறைவார்த்தை வாசித்தல், இறைவார்த்தை முழக்கமிடல், இறைவார்த்தை ஏற்படுத்திய தாக்கத்தை பகிர்ந்து கொண்ட விதம் ஆகியவை மிக சிறப்பாகவும் பக்தியுணர்வுடனும் இருந்தது. ஒளியேற்றுதல் நிகழ்ச்சியில் அனைத்து பங்குகளின் செயற்குழு உறுப்பினர்களாலும் குத்துவிளக்கில் எண்ணெய் ஊற்றப்பட்டு அவையினரால் குத்துவிளக்கு ஒளியேற்றப்பட்டது.

மாநாட்டிற்கு அன்பிய பணிக்குழு இயக்குநர், அருட்பணி. ஆல்வின் விஜய் அவர்கள் அறிமுகவுரையாற்றினார்கள். மறைமாவட்ட குருகுல முதல்வர் பேரருட்பணி. சேவியர் பெனடிக்ட் அவர்கள் முன்னிலை வகித்தார்கள். மேதகு ஆயர் முனைவர் ஆல்பர்ட் அனஸ்தாஸ் அவர்களும், தமிழக இளைஞர் பணிக்குழு செயலர் பேரருட்பணி. ஜெனிபர் எடிசன் அவர்களும் சிறப்புரையாற்றினார்கள். கூட்டத்தில் தமிழக அன்பிய பணிக்குழு தலைவர் மேதகு ஆயர் அமல்ராஜ் அவர்களின் வாழ்த்துரை காணொளி மூலம் இடம்பெற்றது.

மேதகு ஆயர் அவர்கள் அன்பிய மாநாட்டு மலரை வெளியிட, மறைமாவட்டத்தின் அன்பிய பணிக்குழு இயக்குநர், ஒருங்கிணைப்பாளர், நிர்வாகிகள், மலர் குழுவினர் இணைந்து பெற்றுக்கொண்டனர். மேதகு ஆயர் முனைவர் ஆல்பர்ட் அனஸ்தாஸ் அவர்களால் முளகுமூடு மறைவட்ட நலத்திட்ட உதவிகள் வழங்கப்பட்டது.

காரங்காடு மறைவட்டத்தினரின் பறைநிகழ்ச்சி, வேங்கோடு மறைவட்டத்தினரின் நடனம், மாத்திரவிளை மறைவட்டத்தினரின் வில்லுப்பாட்டு, திரித்துவபுரம் மறைவட்டத்தினரின் நாட்டிய நாடகம், புத்தன்கடை மறைவட்டத்தினரின் நாட்டுப்புற நடனம் ஆகிய கவினுறு நிகழ்ச்சிகள் பார்வைக்கு விருந்தாகவும் பங்கேற்பாளர்களின் மனதிற்கு இன்பமாகவும் அமைந்தது.

தமிழக அன்பிய பணிக்குழு செயலர் பேரருட்பணி. ஜாண் போஸ்கோ அவர்களும், அனைத்து பணிக்குழுக்களின் ஒருங்கிணைப்பாளர் பேரருட்பணி. N. மார்ட்டின் அவர்களும், மறைமாவட்ட அருட்பணிப்பேரவை துணைதலைவர் திரு. வற்கீஸ் அவர்களும், குழித்துறை மறைமாவட்ட செயலாளர், பேரருட்பணி. அந்தோணி M. முத்து அவர்களும், மறைமாவட்ட பொருளாளர், பேரருட்பணி. ஜெயக்குமார் அவர்களும் வாழ்த்துரைகள் வழங்கினார்கள். மறைமாவட்ட **அன்பிய தரவினை** பேரருட்பணி. ஜாண் போஸ்கோ அவர்கள் வெளியிட பேரருட்பணி. N. மார்ட்டின் அவர்கள் பெற்றுக்கொண்டார்கள்

பேரருட்பணி. சார்லஸ் விஜு அவர்கள் ஒவ்வொரு பங்கிலும் மருத்துவ குழு அமைத்தல் பற்றியும் கரிசனைக்குரியோர்க்கான **நடமாடும் மருத்துவ செவிலியர்கள்** பற்றியும் எடுத்தியம்பினார்கள்.

மேலும் அன்பிய பணிக்குழு இயக்குனர் அருட்பணி. மோ. ஆல்வின் விஜய் அவர்களோடு இணைந்து ஒருங்கிணைக்கப்பட்ட நலிந்தோர் நல வாழ்வு என்னும் திட்டத்தை குழித்துறை மறை மாவட்ட மேதகு ஆயர் முனைவர் ஆல்பர்ட் அனஸ்தாஸ் அவர்களால் துவங்கி வைக்கப்பட்டது.

மறைமாவட்ட நிர்வாகிகள் மற்றும் களப்பணியாளர்கள், காரங்காடு, வேங்கோடு, மாத்திரவிளை, திரித்துவபுரம், முளகுமூடு, புத்தன்கடை ஆகிய மறைவட்டங்களின் நிர்வாகிகள், மாநாட்டு குழு உறுப்பினர்கள் (மலர் குழு, வாகனசீரமைப்பு குழு) ஆகியோர்களுக்கு நினைவுப்பரிசு வழங்கப்பட்டது. இம்மாநாட்டில் அருட்தந்தையர்கள், அருட்சகோதரிகள், மறைவட்ட முதல்வர்கள், இயக்குநர்கள், வேதியர்கள், களப்பணியாளர்கள், நிர்வாகிகள் உட்பட சுமார் 7,200 பேர் பங்கேற்றனர். அனைவருக்கும் மதிய உணவு வழங்கப்பட்டது. மறைமாவட்ட அன்பிய பணிக்குழுவின் ஒருங்கிணைப்பாளர் வேதியர் மா. பேபி கமலா அவர்கள் அனைவருக்கும் நன்றி கூறினார்கள்.

பங்கேற்பீர்...

ஒவ்வொரு மறைவட்ட அளவிலும் அன்பிய ஒருங்கிணையத்திற்கிடையே சிலுவைப்பாதை எழுதும் போட்டி பிப்ரவரி மாத சிறப்பு நிகழ்வாக மறைமாவட்டத்தால் நடைபெற இருக்கிறது.

- பங்குத்தந்தையின் கையொப்பத்துடன் படைப்புகள் வந்து சேர வேண்டிய கடைசி நாள் - **18.02.2025, செவ்வாய் கிழமை.**
- சிலுவைப்பாதையானது தட்டச்சு செய்யப்பட்டு 15 பக்கத்திற்கு மிகாமலும், சிலுவைப்பாதையின் முன்னுரை அரை பக்கம், ஒவ்வொரு நிலைக்கும் செபத்துடன் சேர்த்து ஒரு பக்கம் வீதம், முடிவுரை அரை பக்கம் என அமைந்திருக்க வேண்டும்.
- ஒரு ஒருங்கிணையத்திற்கு ஒரு சிலுவைப்பாதை மட்டுமே எழுதி அனுப்ப வேண்டும்.

கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ள தலைப்புகள் அடிப்படையில் சிலுவைப்பாதை எழுத வேண்டும்

முளகுமூடு மறைவட்டம்	:	ஆரோக்கியமான வாழ்வு
புத்தன்கடை மறைவட்டம்	:	போதையில்லா வாழ்வு
வேங்கோடு மறைவட்டம்	:	இயற்கையோடு இணைந்த வாழ்வு
காரங்காடு மறைவட்டம்	:	நலிந்தோர் நல்வாழ்வு (பொருளாதாரம், தேவையில் இருப்போர், முதியவர், கரிசனைக்குரியவர்)
திரித்துவபுரம் மறைவட்டம்	:	நாளைய தலைமுறையினின் நல்வாழ்வு
மாத்திரவிளை மறைவட்டம்	:	நம் இல்லத்தில் இறையாட்சி

அன்பிய மாநாட்டு தீர்மானங்கள்

1. நம்பிக்கை இழந்த மக்களுக்கு நம்முடைய செயல்களால், சொற்களால் நம்பிக்கையூட்டுதல்.
2. பிரிவினைகள், வழக்குகள் மற்றும் பகை உணர்வுகள் இவைகளைக் களைந்து ஒப்புரவாகுதல்.
3. நோயில்லா வாழ்வு, பகையில்லா வாழ்வு, கடனில்லா வாழ்வு வாழ எல்லா பங்குகளுக்கு பயிற்சிகள் கொடுத்தல்.
4. படுக்கை நோயாளிகள், முதியோர், கரிசனைக்குரியோர் மேல் அக்கறை கொள்ளுதல். இவர்களுக்காக, ஒவ்வொரு பங்கிலும் மருத்துவ குழு அமைத்தல் (10 அன்பியத்திற்கு மேல் உள்ள பங்கு/கிளைப்பங்குகளில் ஒரு அன்பியத்திலிருந்து ஒருவர் வீதமும், 10 அன்பியத்திற்கு கீழ் உள்ள பங்கு/ கிளைப்பங்குகளில் ஒரு அன்பியத்திலிருந்து இருவர் வீதமும் தேர்வு செய்தல்).
5. அன்பியங்கள் சாதி, சமய பிரிவினைகள் கடந்து துன்புறும் மானுடரோடு அடுத்திருக்கும் சமூகமாகச் செயல்படுதல்.
6. அன்பியங்கள் நிறுவன மனநிலைத் தவிர்த்து அன்பிய உணர்வுடனும் உறவு மனநிலையுடனும் செயல்படுதல். மேலும், பெரும்பான்மை என்ற மனநிலைத் தவிர்த்து, அனைவரின் குரலையும் கூர்ந்து கேட்கும் தோழமையாட்சி தத்துவத்தைச் செயல்படுத்துதல்.
7. முதலாளித்துவ மனநிலைத் தவிர்த்து இறையாட்சி மனநிலையுடன் ஏழைகள் சார்பில் நிலைப்பாடு எடுக்கும் அன்பு சமூகமாக உருவாகுதல்.
8. கீழிருந்து மேல் நோக்கும் அணுகுமுறையை அன்பியங்களில் செயல்படுத்துதல்.
9. இறைவன் இயேசுவை எதிர்கொள்ளும் அருள்வாழ்வை வளர்க்கும் தளங்களாக அன்பியங்களை வழிநடத்துதல்.
10. ஆண் - பெண், இளைஞர்களை அன்பியங்களில் ஈடுபடவைத்தல்.

நலத்திட்டங்கள்

முளகுமூடு மறைவட்டம்

பங்கு	அன்பியம்	நோக்கம்	உதவிப் பெற்றவர்கள்	உதவி தொகை
முகிலன்கரை	ஒருங்கிணையம் சார்பாக	மருத்துவ உதவி	1	3,000/-
		நலிந்தவர் உதவி	1	5,000/-
		ஏழைகள் நல உதவி (துணிகள், உணவுப் பொருட்கள்)	56	41,676/-
செம்பருத்திவிளை	ஒருங்கிணையம் சார்பாக	ஏழைகள் நல உதவி (துணிகள், உணவுப் பொருட்கள்)	27	29,700/-
மச்சுவிளை	புனித சவேரியார் அன்பியம்	மருத்துவ உதவி	1	3,800/-
	புனித சூசையப்பர் அன்பியம்	மருத்துவ உதவி	1	5,300/-

திரித்துவபுரம் மறைவட்டம்

பங்கு	அன்பியம்	நோக்கம்	உதவிப் பெற்றவர்கள்	உதவி தொகை
மேல்பாலை	தூய மணல்மாதா அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	500/-
	17வது அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	2,000/-
தோட்டச்சாணி	புனித மாற்கு அன்பியம்	கழுவன்திட்டை காப்பகம்	1	10,000/-
பரக்குன்று	புனித மாற்கு அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	3,600/-
	ஒருங்கிணையம் சார்பாக	மருத்துவ உதவி	1	13,096/-
		ஏழைகள் நல உதவி	12	45,000/-
திக்குறிச்சி	தூய அன்னைதெரசாள் அன்பியம்	மருத்துவ உதவி	1	5,000/-
நல்லூர்	புனித சூசையப்பர் அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	1,400/-
மருதங்கோடு	தூய லூர்துஅன்னை அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	1,000/-
	தூய அன்னைதெரசாள் அன்பியம்		1	500/-
	தூய தேவசகாயம் அன்பியம்		1	500/-
	தூய அன்னைதெரசாள் அன்பியம்	மருத்துவ உதவி	1	500/-

பாத்திமாபுரம்	ஒருங்கிணையம் சார்பாக	ஏழைகள் நல உதவி	4	2,000/-
மலமாரி	2-வது அன்பியம்	மருத்துவ உதவி	1	2,000/-
		ஏழைகள் நல உதவி	1	1,000/-
திரித்துவபுரம்	அன்னை பெரியநாயகி அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	2,000/-
	அமலோற்பவ அன்னை அன்பியம்		1	3,000/-
	றோசாமிஸ்டிக்கா அன்பியம்		1	3,000/-
	அன்னை வேளாங்கண்ணி அன்பியம்		1	3,000/-
	தூய கார்மல் அன்னை அன்பியம்	மருத்துவ உதவி	1	5,000/-
சூசைபுரம்	3-வது அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	1,500/-
	4-வது அன்பியம்		1	2,000/-
	8-வது அன்பியம்	மருத்துவ உதவி	1	1,500/-
	9-வது அன்பியம்		1	1,100/-
	4-வது அன்பியம்		1	1,000/-
	10-வது அன்பியம்		1	2,000/-

புத்தன்கடை மறைவட்டம்

பங்கு	அன்பியம்	நோக்கம்	உதவிப் பெற்றவர்கள்	உதவி தொகை
பேச்சிப்பாறை	புனித அல்போன்சம்மாள் அன்பியம்	மருத்துவ உதவி	1	2,000/-
	புனித செபமாலை அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	3,000/-
நாகக்கோடு	அன்பிய ஒருங்கிணையம் சார்பாக	ஏழைகள் நல உதவி	1	25,000/-
	புனித லூர்துமாதா அன்பியம்		5	4,000/-
	புனித அருளானந்தர் அன்பியம்		2	2,500/-
ஈஞ்சக்கோடு	அன்பிய ஒருங்கிணையம் சார்பாக	மருத்துவ உதவி	1	91,550/-
	புனித செபமாலை அன்பியம்			500/-
பாரதபள்ளி	அன்பிய ஒருங்கிணையம் சார்பாக	ஏழைகள் நல உதவி	5	2,500/-

வேங்கோடு மறைவட்டம்

பங்கு	அன்பியம்	நோக்கம்	உதவிப் பெற்றவர்கள்	உதவி தொகை
வேப்புவிளை	ஒருங்கிணையம் சார்பாக	முதியோர் இல்லத்திற்கு	1	13,000/-
	இஞ்ஞாசியார் அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	2	6,000/-
வாவறை	14–வது அன்பியம்	மருத்துவ உதவி	1	14,500/-
	ஒருங்கிணையம் சார்பாக	கல்வி உதவி	1	40,500/-
காஞ்சாம்புறம்	ஒருங்கிணையம் சார்பாக	ஏழைகுடில் திட்டம்	1	4,90,000/-
வாறுவிளை	3–வது அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	8,000/-
	2–வது அன்பியம்		1	2,000/-
	7–வது அன்பியம்	மருத்துவ உதவி	1	3,000/-
முஞ்சிறை	2–வது அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	2	2,500/-
	3–வது அன்பியம்		1	1,000/-
	13–வது அன்பியம்	ஏழை ஒருவரின் அடக்கசடங்கு	1	20,200/-
தும்பாலி	ஒருங்கிணையம் சார்பாக	ஏழைகள் நல உதவி	6	6,000/-
காப்புக்காடு	ஒருங்கிணையம் சார்பாக	ஏழைகள் நல உதவி	1	10,000/-

காரங்காடு மறைவட்டம்

பங்கு	அன்பியம்	நோக்கம்	உதவிப் பெற்றவர்கள்	உதவி தொகை
கொன்னக் குழிவிளை	13–வது அன்பியம்	மனநலம் குன்றியோர் இல்லம், பாம்பன்விளை	1	4,000/-
காரங்காடு	ஒருங்கிணையம் சார்பாக	அன்னை இல்லம், கோழிக்கோட்டு பொத்தை	1	30,000/-
		ஏழை மாணவர்கள் புதிய ஆடைகள் கொடுத்தல்		32,000/-

காரங்காடு	திருக்குடும்ப அன்பியம்	அன்னை இல்லம், கோழிக்கோட்டு பொத்தை	1	19,000/-
	கிறிஸ்து அரசர் அன்பியம்	ஏழைகள் நலஉதவி	1	5,000/-
	குழந்தை இயேசு அன்பியம்	நல்ல சமாரியன் முதியோர் இல்லம், ஆசாரிபள்ளம்	1	8,500/-
கண்ணோடு	தூய வேளாங்கண்ணி அன்னை அன்பியம்	ஏழை குடில் திட்டம்	1	2,000/-
	தூய பாத்திமா அன்னை அன்பியம்		1	1,750/-
	தூய ஆரோக்கிய அன்னை அன்பியம்		1	1,350/-
	ஒருங்கிணையம் சார்பாக	முதியவர்கள் நலஉதவி	1	1,810/-
முரசங்கோடு	தூய அருள் அன்னை அன்பியம்	மருத்துவ நல உதவி	1	2,200/-
	2-வது அன்பியம்		1	1,000/-
	3-வது அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	2,500/-
	5-வது அன்பியம்		1	500/-
கல்லுக்கூட்டம்	தூய அருளானந்தர் அன்பியம்	மருத்துவ நல உதவி	1	700/-
நுள்ளிவிளை	தூய லூர்து மாதா அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	5,000/-
வாடிவிளை	தூய அந்தோணியார் அன்பியம்	ஏழைகள் நல உதவி	1	3,900/-
	சகாயமாதா அன்பியம்		1	7,000/-
	ஞானபிரகாசியார் அன்பியம்	மருத்துவ நல உதவி	1	10,300/-
குழிவிளை	ஒருங்கிணையம் சார்பாக	Fr. ஜேம்ஸ் தொம்பர் ஏழை குழந்தைகள் உதவி	1	6,000/-
கண்டன்விளை	தூய கார்மல் அன்னை அன்பியம்	மருத்துவ நல உதவி	1	3,000/-
வர்த்தான்விளை	2-வது அன்பியம்	மருத்துவ நல உதவி	1	2,500/-

காரங்காடு மறைவட்ட நலஉதவி

நோக்கம்		உதவிப் பெற்றவர்கள்	உதவி தொகை
ஏழைகள் நலத்திட்டம் (கிறிஸ்து பிறப்பை முன்னிட்டு)	ஒரு நபருக்கு ரூ. 1,000/- மதிப்பிலான பொருட்களும்	20	20,000/-
ஏழைகள் நலத்திட்டம் (பொங்கல் விழாவை முன்னிட்டு)	ஒரு நபருக்கு ரூ. 1,000/- மதிப்பிலான பொருட்களும்	12	12,000/-

புதிய நிர்வாகிகள்

வேங்கோடு மறைவட்டம்

புல்லாணி :

தலைவர் : திருமதி. மேரிசாந்தி
து.தலைவர் : திரு. ஜெஸ்டின் சேம்ராஜ்
செயலர் : திருமதி. றோஸ் மேரி
து.செயலர் : திருமதி. அர்ச்சனா
பொருளர் : திருமதி. மரிய டோரா

வேப்புவிளை :

தலைவர் : திரு. S. வின்செண்ட் அமலதாஸ்
து.தலைவர் : திருமதி. A. பூமதி
செயலர் : திருமதி. S. அஜிதா
து.செயலர் : திருமதி. பிரபா
பொருளர் : திரு. S. ரமேஷ்

புத்தன்கடை மறைவட்டம்

மாஞ்சகோணம் :

தலைவர் : திருமதி. ஜான்சி
து.தலைவர் : திரு. பிரின்ஸ்
செயலர் : திருமதி. மேரி ஜெப ஷீலா
து.செயலர் : திருமதி. கில்டா
பொருளர் : திருமதி. அமலா

தும்பாலி :

தலைவர் : திருமதி. ஆக்னஸ்
து.தலைவர் : திரு. கிறிஸ்து ராஜ்
செயலர் : திருமதி. ஜெனிபா
து.செயலர் : திருமதி. கீதா
பொருளர் : திரு. இளங்கோ

ஞாயிறு வழிபாடு தயாரிப்போம்

வாரம்	நாள்	முதல் வாசகம்	இரண்டாம் வாசகம்	நற்செய்தி
1	02.02.2025	மலா 3: 1-4	எபி 2: 14-18	லூக் 2: 22-40
2	09.02.2025	எசா 6: 1-8	1 கொரி 15: 1-11	லூக் 5: 1-11
3	16.02.2025	எரே 17: 5-8	1 கொரி 15: 16-20	லூக் 6: 17, 20-26
4	23.02.2025	1 சாமு 26: 2,7-9, 12-13, 22-23	1 கொரி 15: 45-49	லூக் 6: 27-38

அடித்தளம் விமர்சனங்கள் வரவேற்கப்படுகின்றன.
தொடர்புக்கு.... 9487110298, 8870513177

அன்பிய இயக்குநர்
அன்பிய பணிக்குழு, ஆயர் இல்ல வளாகம்,
உண்ணாமலைக்கடை - 629 179

அன்பிய மாநாடு - 2025

குழித்துறை மறைமாவட்டம்

A.S. POWER SOLUTIONS

ISO 9001 - 2015

Tiruchirappalli City Corporation Class A Contractor..,

PLC & SCADA

- Engineering Design, Supply, Installation, Erection Testing & Commissioning of Level, Flow, Pressure pH, TDS Actuator & Pump Remote/Local control by SCADA System
- Automatic Meter Reading (AMR)
- SCADA Data Encryption Web page
- VFD Pump Control Remote Mode
- Real Time data Monitoring,
- Control & Logging

ELECTRO MECHANICAL

- Supply, Erection, Testing, Commissioning & Servicing all type of VT & HSC Pump Set
- Corrocoating work for improving Pump Efficiency
- Supply & Laying of All Types of Pipes
- Radial Arm Flushing for Collector well
- All Type of Pipeline Leak Work
- Supply all types of Valves & Repair work
- Operation & Maintenance of HT & LT Pumping Station

LEVEL TRANSMITTER

FLOW METER

PIPE LINE LEAK WORK

PRESSURE TRANSMITTER

FLOW METER

ENGINEER VISIONING A NEW WORLD

Pump Operation & Maintenance

Er. V.STALIN B.E., (Managing Director)
No. 3, Karthikeyan Garden Thiruvanaikovil Trichy - 620005

aspowersolutions15@gmail.com

www.aspowerpvt.com

90941 84906, 88701 01121