



தமிழ்நாடு நுகர்வோர் கவசம்

Tamilnadu Nugarvor Kavasam

வெளிநிலை: தமிழ்நாடு மாநில நுகர்வோர் பாதுகாப்பு மற்றும் ஆற்றலாட்டும் சங்கம். உணவுப்பொருள் வழங்கல் மற்றும் நுகர்வோர் பாதுகாப்புத் துறை தமிழ்நாடு அரசு



ஆசிரியர் குழு

பதிப்பாசிரியர்

திரு.கு.கோபாலகிருஷ்ணன், இ.ஆ.ப.
முதன்மை செயலர்/ஆணையர்

மேலாண்மை இதழாசிரியர்

திருமதி. பெ. ரமண சரஸ்வதி, பி.டெக்
இணை ஆணையர்

உறுப்பினர்கள்

திரு. இரா. விஜயகுமார்
துணை ஆணையாளர்-II (பொ)

திருமதி. நிர்மலா தேசிகன்
திரு. எம்.ஆர். கிருஷ்ணன்
திரு. ஜி. சந்தானராஜன்

இதழாசிரியர்

திரு. இர. ரமேஷ்
துணை ஆணையர் - I(பொ)

தொகுப்பு

கன்ஸ்யூமர்ஸ் அசோசியேஷன் ஆப் இந்தியா
3/242, ராஜேந்திரா கார்டன்,
வெட்டுவாங்கேணி, சென்னை-115.

வடிவமைப்பு

வெப் மோட்சா,
ஆர்.ஏ.புரம், சென்னை - 600 028.

அச்சிட்டோர்

மல்டிகிராப்ட்
9 அப்பாவு கிராமணி 2வது தெரு,
மந்தைவெளி, சென்னை - 600 028.

Published by S.Gopalakrishnan, I.A.S.,
Principal Secretary Commissioner of Civil
Supplies and Consumer Protection, Office
of the Commissioner of Civil Supplies and
Consumer Protection, 4th floor, Ezhilagam,
Chepauk, Chennai – 600 005

Printed by Sathiyamoorthi,
Multicraft, No.9, Appavoo Gramani,
2nd Street, Mandavali,
Chennai – 600 028.

Editor: : R. Ramesh,
Deputy Commissioner I (i/c)

அன்பாற்ற நுகர்வோரே!

மகளிர் தின வாழ்த்துக்களை முதலில் தெரிவித்துக் கொள்ள விரும்புகிறோம். “மங்கையராய்ப் பிறப்பதற்கே நல்ல மாதவம் செய்திட வேண்டுமடி” என்ற பாரதியின் வரிகள் பெண்மையின் மகத்துவத்தினை நமக்கு உணர்த்துவதாய் அமைந்துள்ளது. பெண்களின் வளர்ச்சி என்பது இந்த காலக்கட்டத்தில் குறிப்பிடத்தக்க வகையில் அமைந்துள்ளது. என்னும் அவ்வளர்ச்சி முழுவதமாக ஏற்பட்டதா எனில் இல்லை எனும் பதிலே நம்மிடத்தில் உள்ளது. கிராமம், நகரம் என எவ்வித வேறுபாடுமின்றி பெண்கள் முன்னேற்றம் காண வேண்டும். இதைப்பொடி பெண்கள் குறித்த சிறப்புக்கட்டுரை இதில் இடம் பெற்றுள்ளது. நுகர்வோர் நலன் சரித்திரத்தைப் பொறுத்தவரையில் மார்ச் 15 ஒரு முக்கியமான நாள். 1963ல் மார்ச் 15ம் தேதி அன்றுதான், உலகில் முதல் முதலாக நுகர்வோர் பாதுகாப்புச் சட்டம் ஐக்கிய அமெரிக்காவில் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டது. இந்நாளை உலக நுகர்வோர் பாதுகாப்பு தினமாக அனைத்து நுகர்வோர் இயக்கங்களாலும் கொண்டாடப்பட்டு வருகிறது. மேலும் உணவுப்பக்கெட்டுகளில் புதிய லேபிள் திட்டம் மற்றும் வாசகர்களாகிய தங்களுக்கு தேவையான எண்ணற்ற நுகர்வோர் செய்திகள் இடம் பெற்றுள்ளன. அவற்றைப் படித்து பயன் பெறுமாறு அன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

வழக்கம் போலவே உங்களின் நலனை காக்கும் பொருட்டு நுகர்வோர் நலன் சம்பந்தப்பட்ட கட்டுரைகள் பல இடம் பெற்றுள்ளன. அவற்றையும் படித்து பயன் பெறும்படியும் விரும்பிக் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

நுகர்வோர் விழிப்புணர்வுக்காக நுகர்வோர் கவசத்தில் இடம் பெறும் நுகர்வோர் தீர்ப்புகள் பகுதி வாசகர்களாகிய தங்களிடத்தில் மிகுந்த வரவேற்பினை பெற்று வருவது மகிழ்ச்சித் தரக்கூடியதாக அமைந்து வருகிறது. இந்த இதழிலும் நுகர்வோர் தீர்ப்புகள் இடம் பெற்றுள்ளன. வாசகர்களின் வேண்டுகோளுக்கிணங்க நுகர்வோர் தீர்ப்புகள் கூடுதலாக இடம் பெற்றுள்ளன என்பதையும் அன்புடன் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம்.

மேலும் உங்களின் ஆதரவினை வழக்கம் போலவே கடிதங்கள் வாயிலாகவும் கேள்வி பதில் வாயிலாகவும் தெரிவிக்குமாறும் அன்புடன் வேண்டி விரும்பிக் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

கு. கோபாலகிருஷ்ணன்,
பதிப்பாசிரியர்

பொருளடக்கம்

சிறப்புக் கட்டுரை

மகளிர் தின ஸ்பெஷல். 4

நுகர்வோர் செய்திகள்

வாக்காளர்களின் கடமைகள் 6
உலக நுகர்வோர் தினம் 8
பெண்கள் பாதுகாப்புக்காக செல்போனில் ஸ்பெஷல் 'பட்டன்': மத்திய அரசு புதிய திட்டம்! 8
நுகர்வோரும் ஒரு சில சேவை குறைபாடுகளும். 9
சென்னையில் உள்ள 20 பள்ளி மாணவர்களிடையே போட்டி. 10
தங்கம் வாங்கினால் ஹால்மார்க்: முத்திரையை மட்டும் பார்க்காதீர்கள்! 12
நுகர்வோர் பாதுகாப்பு சட்ட விளக்கம் 13
பிறந்த குழந்தைகளை படம் எடுப்பவர்கள் அறிய வேண்டிய
எச்சரிக்கை ரிப்போர்ட் 15
எங்களைக் கேளுங்கள்- கேள் பற்றிய தகவல்கள். 16
கேமரா எமன்கள்!. 21
தமிழகத்தில் குழந்தைகளுக்கான பிளே ஸ்கூல் துவங்குவதற்கான புதிய விதிமுறைகள். 22

நுகர்வோர் நலன்

வேடிக்கையாய் ஆரம்பித்து வேதனையில் முடியும், விழா கொண்டாட்டங்கள் 25
உயிரைக் கொல்லும் வலி நிவாரணிகள் 26
புரதச்சத்து நிறைந்த 5 உணவுகள்! 28
கிரிஸ்டு :புட் சாப்பிடுவதால் வரும் பாதிப்புகள். 28

நுகர்வோர் தீர்ப்புகள்

ஸ்கூட்டர் பேட்டரியில் குறைபாடு: வாடிக்கையாளருக்கு
ரூ.22,000 இழப்பீடு வழங்க நுகர்வோர் நீதிமன்றம் உத்தரவு. 30
பள்ளி பஸ் ஓட்டையில் விழுந்து பலியான மாணவியின் பெற்றோருக்கு
ரூ.10 லட்சம் இழப்பீடு: மாநில நுகர்வோர் குறைநீர் ஆணையம் உத்தரவு 30
காட்பரிஸ் சாக்ஸேட்டில் இருப்பு அணி: ரூ.30,000 நஷ்ட ஈடு 31
சேவை குறைபாடு: கூரியர் நிறுவனத்துக்கு ரூ.16 ஆயிரம் அபராதம். 31

நுகர்வோர் உலகம்

வாசகர் கடிதங்கள் மற்றும் கேள்வி பதில் பகுதி. 32

மகளிர் தினம்

மார்ச் 8ம் தேதி உலகம் முழுவதும் மகளிர் தினம் விமரிசையாக கொண்டாடப்படுகிறது. தாயாக, மனைவியாக, தங்கையாக, மகளாக என்று நம் உறவின் அனைத்து பகுதியிலும் நீக்கமற நிறைந்திருப்பவர்கள் பெண்கள். ஒவ்வொரு ஆணின் வெற்றிக்கு பின்னாலும் ஒரு பெண் இருப்பாள் என்று கூறப்படுவது இதனால்தான். ஒருவரின் சொந்த நாடு கூட, தாய் நாடு என்றுதான் அழைக்கப்படுகிறது.

இதேபோல் நதிகள், மலைகள் என்று முக்கியமானவை அனைத்துக்கும் பெண்கள் பெயர்கள்தான் வைக்கப்படுகிறது. அந்த அளவுக்கு பெண்மைக்கு அதிக முக்கியத்துவம் அளிக்கப்படுகிறது. பெண்களை போற்றும் விதத்தில் ஒவ்வொரு ஆண்டும் மார்ச் 8ம் தேதி உலகம் முழுவதும் பெண்கள் தினவிழா கொண்டாடப்பட்டு வருகிறது

ஒரு பெண்; மகள்; தாய்; தங்கை; மனைவி; நண்பர்களுக்கு ஒரு தோழி; வேலை செய்யும் இடத்தில் மேலதிகாரி. என பல முகங்கள் பெண்களுக்கு உண்டு. 30 ஆண்டுகளுக்கு முன் இருந்ததுபோல் இன்று பெண்களின் வாழ்க்கை இல்லை.

“என்னது பொம்பளைப் பிள்ளையா?” என்ற அலறல்கள் வீடுகளில் இன்று கேட்பது இல்லை. “ஒரே ஒரு குழந்தை, அதுவும் பெண் குழந்தைதான் வேணும்” என்று ஆசைப்பட்டு பலர் பெற்றுக் கொள்கிறார்கள். எப்போதும் பெண்ணின் அன்பில் திளைத்துக்கொண்டே

இருக்க விரும்பும் ஆண் மனதுக்கு... மகள் இன்னுமொரு தாய். ஒரு தந்தைக்கு ஒரு மகளிடம் ஆயிரம் எதிர்பார்ப்புகள் உண்டு. ஒரு மகளாக பெண்கள் என்ன எதிர்பார்க்கிறார்கள் என தெரியுமா?

பெண்களுக்குத் தேவை அதிகாரம் அல்ல... அன்பு; அரவணைப்பு; தோழமை. தந்தையைத் தோழனாக அமையப் பெற்ற எந்தப் பெண்ணும் தன்னம்பிக்கையோடு முதல் அடியை இந்தச் சமூகத்துக்குள் எடுத்துவைக்க முடியும். அப்பாவின் அதிகாரத்துக்குள், அவர்களின் மிரட்டலில் வளர்க்கப்படும் பெண்கள்... பார்க்கும் ஆண்களிடம் தந்தைமையைத் தேடி ஏமாந்துபோகும் உளவியலை அறிவீர்களா? “நான் இருக்கேன்” என்று ஆண் சொல்லும் வார்த்தைகளில், எல்லாவற்றையும் விட்டுவிட்டு சரணாகதி அடையும் சில பெண்களைப் பார்த்து ஆச்சரியம் வரலாம். ஆனால், இதன் பின்னணியில் வீட்டில் அப்பாவிடம் எதிர்பார்த்து ஏமாந்துபோன ஒரு மகளின் மனது இருக்கிறது.

காதலை மறுக்கவாவது பெண்களுக்கு உரிமை இருக்கிறதா? சமீபத்தில் மட்டும் எத்தனை ஆசிட் வீச்சுக்களைப் பார்த்தோம். தங்களை வேண்டாம் என்று நிராகரிக்க, தனக்குப் பிடித்த ஆண்களைக் காதலிக்கும் உரிமை பெண்களுக்கும் இருக்கிறது என்பதை ஏன் மறந்துபோனோம்? அலுவலகத்தில் உடன் வேலைசெய்யும் பெண் காதலை மறுத்தால், திரும்பத் திரும்ப வற்புறுத்துவதும், அந்தப் பெண்ணைப் பற்றிய வதந்திகளைப் பரப்புவதும் என்ன மாதிரியான மனநிலை?



அடுத்ததாக, அதிகாலையில் நடக்கும்போது இருளடைந்த வீடுகளில் சமையல் அறையில் மட்டும் விளக்கு எரிவதைப் பார்க்கலாம். அந்த ஜன்னலை எட்டிப்பார்த்தால், அதற்குள் நிற்கிற பெண்ணுக்கு 20 முதல் 70 வயதுக்குள் இருக்கலாம். அவள் புதிதாக வேலைக்குச் சேர்ந்த பெண்ணாக இருக்கலாம்; புதிதாகத் திருமணம் ஆன பெண்ணாக இருக்கலாம்; இரண்டு குழந்தைகளின் தாயாக இருக்கலாம். மென்பொருள் நிறுவனத்தில் வேலை செய்பவளாக இருக்கலாம்; வங்கி ஒன்றின் உயர் அதிகாரியாக இருக்கலாம்; பணி ஓய்வுபெற்ற ஒரு டீச்சராக இருக்கக்கூடும்; துணிக்கடை ஒன்றில் 12 மணி நேரம் நின்று மரத்துப்போன கால்கள் அவளுக்கு இன்னமும் வலிக்கக்கூடும்; இங்கே வேலைகளை முடித்துவிட்டு வேறு வீடுகளுக்கு அவள் வேலைக்குச் செல்பவளாகவும் இருக்கலாம்; கொஞ்சம் உற்றுப் பார்த்தால் இரவுப் பணியில் களைப்படைந்து தூங்கச் சொல்லிக் கெஞ்சும் கண்களையும் அந்த முகத்தில் நீங்கள் பார்க்கக்கூடும்.

அப்படியே கொஞ்சம் அந்த வீட்டிற்குள் பார்த்தால் அங்கே ஒரு கணவன் உறங்கிக்கொண்டு இருக்கிறான். அந்தப் பெண்ணின் காதல் கணவனாகக்கூட அவன் இருக்கக்கூடும். திருமணத்துக்குப் பிறகு சொர்க்கத்தைக் காட்டுவேன் என்று வாக்குக் கொடுத்தவனாகக்கூட இருக்கலாம். வீட்டின் செலவுகளைப் பகிர்ந்துகொள்ள பெண்கள் வேலைக்குப் போக ஆரம்பித்த பிறகும், அவர்களது வேலைகளைப் பகிர்ந்துகொள்வதில் நாம் ஓர் அடியாவது முன்னே எடுத்துவைத்திருக்கிறோமா? பெண்கள் திருமணமானால், குடும்பத்தைத் தவிர வேறு எதையுமே சிந்திக்க முடியாது. திருமணமான ஓர் ஆணின் வாழ்க்கையும், பெண்ணின் வாழ்க்கையும் இங்கு ஒரேமாதிரிதான் இருக்கிறதா என ஒப்பிட்டுப் பாருங்கள். அலுவலகம் முடிந்து வீட்டுக்கு வந்தால் லேப்டாப், மொபைல் போன் கதி என்று கிடக்கும் கணவர்கள்... அதே நேரத்தில் சமையல், வீடு, குழந்தைகள் எனப் போராடிக்கொண்டிருப்பதைக் கவனிக்க மறுக்கும்போது பெண்களுக்குக் கோபம் வருவது இயல்புதானே!

திருமணத்துக்குப் பிறகு எல்லா சுதந்திரங்களும் தொலைந்துபோனதாக ஆண்கள்தான் சதாசர்வகாலமும் புலம்புகிறார்கள். ஆனால், சமூக வலைதளங்களில் அவர்களால் தொடர்ந்து இயங்க முடிகிறது; கல்லூரி நண்பர்களோடு சுற்றுலா செல்ல முடிகிறது; வெளியாகிற எல்லாத் திரைப்படங்களையும் பார்க்க முடிகிறது... இப்படியான எல்லா ஆசைகளும் பெண்களுக்கும் இருக்கும் என யோசித்திருக்கிறீர்களா?

ஆறு நாட்கள் வேலைக்குப் பின் ஞாயிற்றுக்கிழமை

ஒரு நாள் ஓய்வு எடுக்கிற பாக்கியம் எத்தனை பெண்களுக்கு இங்கே கிடைக்கிறது? ஞாயிற்றுக்கிழமை காலையில் ஆடோ, கோழியோ, கொக்கோ வாங்கிக் கொடுப்பதோடு கடமை முடிந்த பாவனையில் டி.வி-யில் மூழ்கியிருக்கும் கணவனுக்கு, தன் மனைவிக்கும் அப்படியான இளைப்பாறுதல் தேவைப்படுகிறது என்று புரியாமல்போவது ஏன்? எங்கள் பாட்டிகளின் ஞாயிற்றுக்கிழமைகள் விறகு அடுப்பில் போனதென்றால், எங்களின் கிழமைகள் கேஸ் ஸ்டவ் முன் கழிகின்றன. அடுப்பின் வெக்கையில் மட்டும் தானே வித்தியாசம்? இப்படி அதிகப்படியான வேலைகளில்கூட நாங்கள் மனம் சோர்ந்துவிடுவது இல்லை. அந்த வேலையை நீங்கள் அங்கீகரிக்க மறுக்கும்போதுதான், மனம் கசந்துபோகிறது.

அது எப்படி கணவன்களே... டி.வி-யில் மொக்கைப் படங்களைக் கண் இமைக்காமல் பார்க்கும் உங்களால், மனைவி பேச ஆரம்பித்து மூன்றாவது நிமிடத்தில் தூங்கிவிட முடிகிறது? அது எவ்வளவு பெரிய புறக்கணிப்பும் அவமானப்படுத்துதலும் என்று ஏன் புரியவில்லை?

ஒரு குடும்பத்தில் தான் தூங்கும் நேரத்தையாவது பெண்ணால் தேர்வுசெய்ய முடிகிறதா? கணவன் தூங்கும் நேரத்தில் மனைவியும் தூங்கியாக வேண்டும். ஒருவேளை அவள் தூங்கத் தாமதமானால், பாத்திரம் கழுவுதல், மறுநாளைக்கு அயர்ன் செய்தல்... என ஏதேனும் காரணங்கள் இருக்கக்கூடும். மாறாகத் தனக்காக அவள் வாசிப்பதையோ, தனக்குப் பிடித்த ஒரு படத்தைப் பார்ப்பதையோ, தனக்காக அவள் நடனமாடுவதையோகூட நம் குடும்பங்கள் ஏற்றுக்கொள்ள மறுக்கின்றன.

நம் சமூகத்தில் ஒரு பெண் தனக்குப் பிடித்த வாழ்க்கையை வாழ வேண்டும் எனில், அவள் திருமணம் ஆகாதவளாக இருக்க வேண்டும். இல்லை எனில், திருமண உறவை முறித்துக்கொண்டு வந்தவளாக இருக்க வேண்டும். குடும்ப அமைப்பில் இருந்துகொண்டு தனக்குப் பிடித்த துறையிலும் முழுமையாக ஈடுபடுவது என்பது பெரும்பாலும் இங்கு பெண்களுக்குச் சாத்தியம் இல்லாத ஒன்றாகிப் போனது.

அலுவலகத்தில் தாமதமாக ஒரு பெண் வந்தால், ஒரு நாள் விடுமுறை எடுத்தால், ஒரு மாலையில் அவள் சீக்கிரம் வீடு திரும்ப வேண்டும் என்று கோரினால், “இந்தப் பொம்பளைங்களை வேலைக்கு வெச்சாலே இப்படித்தான். எப்பப் பாரு வீடு, பிள்ளைங்கனு புலம்பிக்கிட்டு...” என்று எவ்வளவு எளிதாகச் சொல்லிவிடுகிறோம். “ஸ்கூல் மீட்டிங்குக்கு எனக்கு நேரம் இல்லை. நீயே போய்க்கோ” என்று காலையில்

மனைவியிடம் உத்தரவிடும் போது, இதேபோன்ற ஒரு சலிப்பான வசவை அவள் வேறு ஏதோ ஒரு மேலதிகாரியிடம் வாங்க வேண்டியிருக்கும் என்பது ஏன் நினைவுக்கு வருவது இல்லை?

ஒரு பெண் மேலதிகாரியாக இருந்துவிட்டால், தனித்த ஆளுமையோடு செயல்பட்டால், கார் வாங்கிவிட்டால், வேகமாக வண்டி ஓட்டிவிட்டால், பதவி உயர்வு கிடைத்தால்... என ஒரு பெண் தன் வாழ்க்கையில் ஒரு படி முன்னால்வைக்கும்போது அலுவலகங்களில் ஏன் அவளைப் பற்றி அத்தனை ஒப்பாரிகள்? ஆணுக்கு இங்கே சாதாரணமாகக் கிடைக்கும் ஒவ்வொரு விஷயத்துக்கும் பெண் எவ்வளவு போராட வேண்டியிருக்கிறது தெரியுமா?

சில நாட்களுக்கு முன்பு அலுவலக வளாகத்தில் இருந்து சற்று தூரத்தில் ஒரு பெண் கொலைசெய்யப்பட்டுக் கிடந்ததைப் பார்த்த பிறகும் அந்த அலுவலகத்தில் எந்தப் பெண்ணும் வேலையைவிட்டுச் சென்றுவிடவில்லை. இங்கே ஆணுக்குப் படிப்பு, வேலை எல்லாம் இயல்பாகக் கிடைக்கும் விஷயங்கள். ஆனால், ஒவ்வொரு பெண்ணும் அதற்காகக்கூட இன்னமும் இங்கே போராடியாக வேண்டியிருக்கிறது. ஓர் அடி பின்னால் எடுத்துவைத்தால் கூட மீண்டும் முன்னால் வருவதற்கு ஆண்டுகள் ஆகும் என்பதை அவள் அறிந்தே இருக்கிறாள்.

பெண்களுக்கு எதிரான பாலியல் கொடுமைகள் முன் எப்போதையும்விட உச்சத்தில் இருக்கும் நேரம் இது. வேறு எந்தக் குற்றத்திலும் பாதிக்கப்பட்டவர் மீதே பழி சுமத்துவது நடக்குமா எனத் தெரியவில்லை. பாலியல் குற்றத்துக்குத் தீர்வு சொல்லும் அனைவருமே பெண்கள் எப்படிப் பாதுகாப்பாக இருப்பது என்றே மீண்டும் மீண்டும் சொல்கிறார்கள்.

ஆண்களை சார்ந்திருக்கும் நிர்ப்பந்தங்களை உருவாக்கிவிட்டு, பெண்கள் சுமை என்று சொல்வது நியாயமே இல்லைதானே?

சுமைகளைக் கொஞ்சம் இறக்கிவையுங்கள். பெண்களை வன்புணர்வு செய்பவனும் ஏதோ ஒரு பெண்ணுக்கு மகன், கணவன், காதலன், அண்ணன்தான் இல்லையா? தன் வீட்டுப் பெண்களைப் பத்திரமாகப் பூட்டிவைத்துவிட்டு, பிற பெண்களை மோசமாகக் கிண்டல் செய்யும், அவமதிக்கும் எல்லோரும்தான் இதில் குற்றவாளிகள் இல்லையா? அதற்கு இன்னும் பெண்களால் பழி ஏற்க முடியாது..

இருந்தும் கூட இன்றைக்கும் ஆயிரக்கணக்கான பெண்கள், கண்களில் நம்பிக்கை ஒளிர் வீடுகளில் இருந்து தினம் தினம் கிளம்பிக்கொண்டுதான் இருக்கிறார்கள்.. பெண்கள் பேசுவதைக் காதுகொடுத்துக் கேளுங்கள். ஏனெனில், பெண்கள் மௌனமாகச் சிந்திப்பது இல்லை. பதிலாக, பேசும்போதுதான் சிந்திக்கிறார்கள். சிந்திப்பதற்காகத்தான் பேசுகிறார்கள்.. அதேபோல் ஒருபோதும் பெண்கள் கண்ணீரைத் துடைக்க விதவிதமான விரல்களுடன் அவர்கள் முன்னால் வராதீர்கள். அவர்களிடமே விரல்கள் இருக்கின்றன. பேசவிடுங்கள் அது போதும்.

நம் சமூக அமைப்பில் பெண்கள் இரண்டாம் பட்சம்தான் என்ற தாழ்வுமனப்பான்மை பெண்களிடமும் இருப்பதுதான் வேதனை. இதை உணரும் சில பெண்கள், ஆண்களை ஆதிக்கம் செலுத்துவது என்ற பழிவாங்கும் ஆயுதத்தைக் கையில் எடுத்திருக்கிறார்கள். இதுவும் ஆபத்தானதே. அடங்குவது அல்லது மீறுவது என்ற இரண்டுக்கும் இடையில் இணைந்து வாழ்வது என்ற இடத்தில்தான் வாழ்க்கை இருக்கிறது என்பதைப் பெரும்பான்மை பெண்கள் உணர்ந்தே இருக்கிறார்கள்.

இட ஒதுக்கீட்டை தருவதை விட பெண்களை விட்டு சற்று தள்ளி இருந்து அவர்கள் வளர்ச்சியினைப் பாருங்கள்.. அதுவே போதும்...!

- நன்றி ஆனந்த விநாயகன் & பிரபா

வாக்காளர்களின் கடமை

தகவல் அறிந்த நுகர்வோர்களைத் தயார் செய்வது காலத்தின் கட்டாயமாகிவிட்ட நிலையில், வாக்காளராக அவர்களது கடமையும் உரிமையும் என்னவென்று பார்ப்போம்.

நாட்டின் பலம் நிறைந்தவருக்கும் பலம் குறைந்தவருக்கும் ஒரே மாதிரியான வாய்ப்புகளை உருவாக்குவதே ஒரு ஜனநாயக அரசின் கடமை என தேசத்தந்தை மகாத்மா காந்தி அவர்கள் கூறியுள்ளார்.

மக்களுக்கு அளிக்கப்படும் வாக்குரிமை இத்தகைய வாய்ப்புகளைப்பெற வழிவகை செய்கிறது.

இந்திய அரசுக்கு எதிராக, பிரபல பத்திரிக்கையாளர் திரு. குல்தீப் நய்யார் தொடுத்த வழக்கில், வாக்குரிமையை அடிப்படை உரிமையாகக் கருத முடியாது, அவ்வுரிமை சட்டத்தின் அடிப்படை உரிமை என உச்ச நீதிமன்றம் தீர்ப்பளித்துள்ளது.

வாக்காளர்களின் உரிமைகள்

யார் வாக்களிக்கலாம்:

18 வயதுக்கு மேற்பட்ட வாக்காளர் பட்டியலில் உள்ள அனைவரும் வாக்களிக்கலாம். புகைப்படத்துடன் கூடிய அடையாள அட்டை தேர்தல் ஆணையத்தால் அனைத்து, தகுதி பெற்ற வாக்காளர்களுக்கு கொடுக்கப்பட்டுள்ளது. தேர்தல் விதிகள் 1961ன் பிரிவு 16ன் படி அனைத்து வாக்காளர்களும் வாக்களிக்க வேண்டும்.

வாக்குச்சாவடிகளில் பணிபுரியும் வாக்காளர்களும், இது தொடர்பான காவல் மற்றும் தேர்தல் பணிகளில் ஈடுபடுபவர்களும், அஞ்சல் சேவை மூலம் வாக்களிக்கலாம். இது போலவே தடுப்புக்காவல் சட்டத்தில் கைதாகி உள்ளவர்களும் தேர்தல் ஆணைய அலுவலர்களின் அனுமதி பெற்று வாக்களிக்கலாம்.

இந்திய தண்டனை சட்டப்பிரிவு 171E, 171F (இ.பி.கோ 45/1860) அல்லது மக்கள் பிரதித்துவ சட்டத்தின் கீழ் தண்டனை பெற்றவர்கள் வாக்களிக்க முடியாது.

தேர்தல் ஆணைய விதி 24ன் படி கல்வியறிவு இல்லாதவர்களுக்கும், உடல் நலக்குறைவு இருப்பவர்களும், வாக்களிக்க வாக்கு இயந்திரத்தில் பதிவு செய்வது, தேர்தல் அலுவலரின் கடமை.

இந்திய அரசியல் சட்டம் பிரிவு 19ன் படி, வேட்பாளரின் முழு விவரத்தையும் தெரிந்து கொள்வது வாக்காளரின் கடமை.

தேர்தல் விதிகள் 49-0 பிரிவின் படி, ஒரு வாக்காளர் எந்த வேட்பாளருக்கும் வாக்களிக்க விருப்பமில்லையெனில், அதையும் பதிவு செய்யும் உரிமை தரப்பட்டுள்ளது. இந்த உரிமையைத் தொடர்ந்து NOTA (None of these above) என்ற முறை அண்மையில் வரன்முறைப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. இந்த நோட்டா முறையை அமலுக்கு கொண்டு வர கன்ஸ்யூமர்ஸ் அசோஷியேஷன் ஆஃப் இந்தியா, கேட்டலிஸ்ட் போன்ற பல தொண்டு நிறுவனங்கள் பாடுபட்டுள்ளன.

ஒரு வாக்காளர் ஓட்டு சாவடிக்கு சென்ற பின்னர், அவருக்குப்பதிலாக வேறு ஒருவர் வாக்களித்திருந்தால், அவர் தனது வாக்குரிமையை நிலைநாட்ட தகுந்த ஆவணங்களைத் தரும் பட்சத்தில் அவரை வாக்களிக்க செய்ய அலுவலருக்கு அதிகாரம் உண்டு. இதனை "Tendered Vote" என்று சொல்கிறார்கள்.



அயல்நாட்டில் வாழும் இந்தியர்களுக்கும் வாக்குரிமை அளித்துள்ளது, 2010ல் மத்திய அரசு வெளியிட்டுள்ள அறிவிப்பு.

இவ்வளவு உரிமைகளையும் நமக்கு அளித்துள்ள அரசு, நம்மை வாக்களிக்க வற்புறுத்துவது அதன் கடமையாகிறது. எனவே நாம் அனைவரும் தேர்தல் நாளன்று வாக்கு சாவடிக்கு சென்று வாக்களித்தல் கட்டாயம் செய்ய வேண்டிய ஒன்றாகும். இது மட்டுமல்ல மற்றவர்களையும் வாக்களிக்க வற்புறுத்துவதும் நமது கடமையாகும். இதில் இளைஞர்கள் பெரும் பங்கு வகிக்க வேண்டும்.

ஒவ்வொருவருக்கும் இன்றியமையாதது:

நம்முடைய ஒரு வாக்கினால் ஒன்றும் ஆகப்போவதில்லை என நினைக்காதீர்கள். சிறு துளி பெரு வெள்ளம் ஆகும். நாம் வாக்களித்து தான் சிறந்தவர் வந்துவிடப்போகிறார்களா என்று நினைத்து விடாதீர்கள். மாறாக வாக்களிக்க மறுத்துவிட்டால் திறமையற்றவர்கள் அரசியலுக்கு வர வாய்ப்பு அதிகம் என நினைவில் கொள்ளுங்கள். வாக்களிப்பது என்பது அரசு உங்களுக்கு கொடுத்துள்ள கௌரவம் என நினைத்துக்கொள்ளுங்கள். இதனை நினைத்து இந்த நாட்டின் பொன்னான சரித்திரத்தை உருவாக்க உங்களுக்கு தந்துள்ள வாய்ப்பை பயன்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.

அண்மையில் குஜராத் மாநில அரசு, பஞ்சாயத்து தேர்தல்களில் வாக்களிப்பதை கட்டாயமாக்கியுள்ளது. இது எப்படி சாத்தியமாகும் என்பது சர்ச்சைக்கு உள்ளாகியுள்ளது. இருந்தாலும் இது போன்ற ஒரு சட்டம் நிறைவேற்றித் தான் இந்திய குடிமகனை வாக்களிக்க செய்ய முடியும் என நினைப்பது துரதிருஷ்டமே...!

- எம். ஆர்.கிருஷ்ணன்

நாடு என்ன செய்தது என்று கேட்காதே...!
நாட்டுக்கு நீ என்ன செய்தாய் என்று கேள்...!

உலக நுகர்வோர் தினம்

அனைத்து நுகர்வோர்களாலும் உலக நுகர்வோர் தினமாக, மார்ச் 15ம் நாள் கொண்டாடப்படுகிறது. ஐக்கிய நாடுகள் சபையில் இந்த நாளை இவ்வாறு கொண்டாடச் சொன்னதன் நோக்கம், அந்நாளில் தான் உலகளவில் முதல் முதலாக நுகர்வோர் பாதுகாப்புச் சட்டம் நிறைவேற்றப்பட்டது.

இந்திய நுகர்வோர் பாதுகாப்புச் சட்டம் நமக்கு அளித்துள்ள உரிமைகளில் இன்று அதிகம் பயன்படுத்தப்படும் உரிமை நுகர்வோர் குறைதீர் உரிமையாகும். இந்தியாவின் அனைத்து மாவட்டங்களிலும் உள்ள தீர்ப்பாயங்களில் தேங்கிக் கிடக்கும் வழக்குகளே இதற்கு சான்று.

Consumers International அமைப்பு ஒவ்வொரு ஆண்டும் ஒரு தலைப்பை வலியுறுத்தி ஆண்டு முழுவதும் நுகர்வோர் தொடர்பான கூட்டங்கள், விவாதங்கள், கருத்துரைகள் நடத்தப்படுகின்றன.

இந்த வருடம் “நோய் எதிர்ப்பு கொல்லிகள் எதிர்ப்பு” தினமாக கொண்டாட உத்தேசிக்கப்பட்டுள்ளது.

உலகில் உள்ள நோய் எதிர்ப்பு மருந்துகளில் பெரும்பான்மையானவை விவசாயம் மற்றும் கோழிகள் மற்றும் விலங்குகள் வளர்க்கும் நிறுவனங்களில் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

இது போன்ற “நோய் எதிர்ப்பு கொல்லி” மருந்துகள் மனிதர்களுக்கும் விலங்குகளுக்கும் அதிக அளவில்

மருத்துவர்களால் பரிந்துரைக்கப்படுகின்றன. இதனைக் குறைக்க சமூக ஆர்வலர்கள தயாராகி வருகின்றன

பன்னாட்டு உணவு விடுதிகளில் கிடைக்கும் திண்பண்டங்களில் உள்ள மாமிசம், அதிக அளவில் நோய் எதிர்ப்பு மருந்துகளை பயன்படுத்திய மிருகங்களில் இருந்து பெறப்படுகின்றன.

இது உலக அளவில் மக்களின் நலனைப் பாதிக்கும் ஒரு விஷமாகிவிட்டதால் அதனை எதிர்த்து அனைத்து உணவு விடுதிகளுக்கும் வேண்டுகோள் விடுக்க வேண்டும். இது போன்ற விலங்குகளின் உணவை பகிஷ்கரிக்க வேண்டும் என்பன போன்ற பல தீர்மானங்கள் இவ்வருடம் நிறைவேற்றப்படும். நுகர்வோர் இயக்கங்கள், ஊஐரூன் இத்திட்டத்திற்கு ஆதரவு தெரிவித்து இயக்கங்களை நடத்த வேண்டும் என்பதே Consumer International-ன் விருப்பம்.

“இது போன்ற உணவுகளை விற்கமாட்டோம்” என்ற உறுதிமொழியை இந்நிறுவனங்களைத் தரச் செய்ய வேண்டும்.

ஐக்கிய நாடுகள் சபை இவ்விஷயத்தில் தனிக்கவனம் செலுத்தி அதிக அளவில் நோய் எதிர்ப்பு கொல்லிகளைப் பயன்படுத்தக் கூடாது” என்று அனைவரையும் கேட்டுக்கொண்டுள்ளது.

அனைத்து நுகர்வோர்களும் ஒன்றிணைந்து Consumer International-ன் இவ்வியக்கத்தை பயன்படுத்த உறுதி கூறுவோம்.
- எம். ஆர்.கிருஷ்ணன்

பெண்கள் பாதுகாப்புக்காக செல்போனில் ஸ்பெஷல் ‘பட்டன்’ : மத்திய அரசு புதிய திட்டம்!

பெண்கள் பாதுகாப்புக்காக, செல்போனில் எச்சரிக்கை ‘பட்டன்’ ஒன்றை சேர்க்க மத்திய அரசு திட்டமிட்டுள்ளதாக மத்திய பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகள் மேம்பாட்டுத்துறை அமைச்சர் மேனகா காந்தி தெரிவித்து உள்ளார்.

மாணவிகள் சந்திக்கும் பிரச்சனைகள் குறித்து விவாதிக்கும் ‘மாணவர் நாடாளுமன்றம்’ என்ற நிகழ்ச்சியில் மத்திய பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகள் மேம்பாட்டுத்துறை அமைச்சர் மேனகா காந்தி கலந்து கொண்டு பேசும்போது, “ஆபத்து சமயங்களில் பெண்கள் தங்களைத் தாங்களே பாதுகாத்துக்கொள்ள என்னென்ன முன்எச்சரிக்கை நடவடிக்கை எடுக்கலாம் என்பது குறித்து நாங்கள் யோசனை கேட்டபோது, நிறைய யோசனைகள் வந்தன.

குறுந்தகவல் அனுப்பும் வசதி கொண்ட நெக்ஸஸ், பிரேஸ்லெட், மோதிரம் ஆகியவற்றை பெண்கள் அணிந்து

செல்லலாம் என்று ஒரு யோசனை சொல்லப்பட்டது. இந்த நகைகளை எப்போதும் அணிந்திருக்க முடியுமா? கிராமப்புற பெண்களுக்கு இவை கிடைக்குமா?

அதனால், அனைத்து செல்போன்களிலும் எச்சரிக்கை ‘பட்டன்’ பொருத்தும் யோசனை உதித்தது. அந்த ‘பட்டன்’, ஜி.பி.எஸ். சாதனம் பொருத்தப்பட்டதாக இருக்கும். அந்த பட்டனை அழுத்தினால், சம்பந்தப்பட்ட பெண் இருக்கும் இடம் பற்றிய தகவலுடன் சில குறிப்பிட்ட எண்களுக்கு குறுந்தகவல் போய்ச் சேரும். இதன்மூலம், அப்பெண் காப்பாற்றப்படுவார்.

இதுதொடர்பாக அனைத்து செல்போன் உற்பத்தி நிறுவனங்களுடனும் பேசி வருகிறோம். இந்த ‘பட்டன்’ இன்னும் சில மாதங்களில் நடைமுறைக்கு வரும் என்று கருதுகிறோம்” என்றார்.

நுகர்வோரும் ஒரு சில சேவை குறைபாடுகளும்

மாநில மற்றும் தேசிய நுகர்வோர் உதவி மையங்களில் அதிகமான குறைகள் தெரிவிக்கப்படும் துறைகள் எது என்று சொன்னால் அவை மருத்துவம், வங்கி, காப்பீடு பற்றியதாகும்.

மருத்துவ சேவை நுகர்வோர் பாதுகாப்பு சட்டத்தில் முதலில் எடுத்துக் கொள்ளப்படாமல் இருந்தது. 1989ல் தான் இதனை மாற்றி தீர்ப்பு வழங்கப்பட்டது.

இதன் பிறகு பல குறைதீர் மன்றங்களில் சேவைக்குறைப்படுள்ள மருத்துவர்கள் மீதும், மருத்துவமனைகள் மீதும் பல வழக்குகள் பதியப்பட்டு தீர்ப்புகளும் நுகர்வோருக்கு ஆதரவாக வெளிவந்த வண்ணம் உள்ளன.

அண்மையில் வந்த ஒரு தீர்ப்பின் படி,

மும்பை காட்கோபர் பகுதியை சேர்ந்தவர் உமாகாந்த் மாணே. நோயால் பாதிக்கப்பட்டிருந்த இவர் கடந்த 2002-ம் ஆண்டு மும்பை மாநகராட்சியின் காட்கோபர் ராஜுவாடி மருத்துவமனையில் அனுமதிக்கப்பட்டிருந்தார். அங்கு அவருக்கு குளுக்கோஸ் ஏற்பட்டது. சிறிது நேரத்தில் அவரது கை நிறம் மாறி விரல்கள் செயலிழந்தன. தவறான சிகிச்சை அளிக்கப்பட்டது தெரியவந்தது. இதன் காரணமாக அவரது கை விரல்களை அறுவை சிகிச்சை மூலம் அகற்ற வேண்டிய நிலைமையும் உண்டானது.

ரூ.20 லட்சம் நஷ்டஈடு

இந்த நிலையில், டாக்டர்கள் மற்றும் நர்சுகளின் அலட்சியம் மற்றும் கவனக்குறைவு காரணமாகவே தனது கைவிரல்களை அகற்ற வேண்டிய நிலை ஏற்பட்டதை சுட்டி காட்டி தனக்கு மாநகராட்சி வேலையும், ரூ.10 லட்சம் நஷ்டஈடும் கேட்டு மும்பை ஐகோர்ட்டில் வழக்கு தொடர்ந்தார்.

இந்த வழக்கு விசாரணையின் போது அவருக்கு சிகிச்சை அளித்த டாக்டர்கள் மற்றும் நர்சுகள் கவனக்குறைவுடன் நடந்து கொண்டது உறுதிப்படுத்தப்பட்டது. இந்த வழக்கு விசாரணை நிறைவில், பாதிக்கப்பட்ட உமாகாந்த் மாணேவுக்கு மும்பை மாநகராட்சி ரூ.20 லட்சம் நஷ்ட ஈடாக வழங்க வேண்டும் என்று ஐகோர்ட்டு உத்தரவிட்டது.

நீதிமன்றங்களில் ஏற்படும் தாமதங்களை தவிர்க்க வங்கி மற்றும் காப்பீடு துறைகளுக்கு இருப்பது போல் நுகர்வோர் தீர்வமைப்பு இந்த துறைக்கும் வேண்டும் என்பதே பலரின் வேண்டுகோள்.

மேலும் வங்கிகளில் ஏற்படும் குறைகளை தீர்க்க ஒவ்வொரு வங்கியிலும் நுகர்வோர் குறைதீர் அமைப்புகள் உள்ளன. ஆனால் இவற்றின் செயல்பாடுகளில் திருப்தி அடையாத நுகர்வோர் இந்திய ரிசர்வ் வங்கியின் அமைப்பில் உள்ள ஒம்பட்ஸ்மேன் என்ற அலுவலரிடம் தொடர்பு கொள்ளலாம்.

தமிழ்நாடு மற்றும் புதுவை, அந்தமான் நிக்கோபார் தீவுகளை சார்ந்த நுகர்வோர் கீழ்க்கண்ட முகவரியில் தொடர்பு கொள்ளலாம்.

திரு. சிரஞ்சீவி

இந்திய ரிசர்வ் வங்கி, சென்னை-1

தொலைபேசி எண்: 044-25395964/25399170

இந்திய ரிசர்வ் வங்கி தன் இணைய தள செய்தியிலிருந்து வங்கி அலுவலர்களுக்கு நுகர்வோர் விழிப்புணர்வு கல்வி அவசியம் என வலியுறுத்தியுள்ளது.

ஆண்டுக்கு 70,000க்கும் அதிகமான குறைகளை ரிசர்வ் வங்கி பெறுகிறது. ரிசர்வ் வங்கியின் இந்த பளுவைக் குறைக்க ஒவ்வொரு வங்கியும் தனியே “ஓம்பட்ஸ்மேன்” அமைப்பு ஏற்படுத்த வேண்டும் என ரிசர்வ் வங்கி வலியுறுத்தியுள்ளது. ஏப்ரல் 2016க்குள் இந்த அமைப்புகள் செயல்பட ஆரம்பிக்கும் என அண்மையில் நடந்த ஒரு கூட்டத்தில் தெரிவிக்கப்பட்டுள்ளது. கிரெடிட் கார்டு தொடர்பான புகார்கள் அதிக அளவில் உள்ளன, வங்கிகளின் செயல்பாடுகளை சரியாக செய்யாத வகையிலும் அதிக புகார்கள் எழுப்பப்பட்டுள்ளன.

இதே போல காப்பீடு நிறுவனங்களில் நுகர்வோருக்கு சாதகமான பதில் கிடைக்கவில்லையெனில் அதன் IRDA எனும் அமைப்பில் உள்ள ‘ஓம்பட்ஸ்மேன்’ அவர்களிடம் முறையிடலாம்.

தமிழ்நாடு, புதுச்சேரி மாநிலங்களை சார்ந்தவர்கள்

காப்பீடு ஒம்பட்ஸ்மேன்

பாதிமா அக்தர் வளாகம்

453, அண்ணா சாலை, சென்னை-2

என்ற முகவரியில் இயங்கும் அமைப்புக்கு புகார் தெரிவிக்கலாம். அவர்களது தொலைபேசி எண் 044-24333668 மின்னஞ்சல் முகவரி insombud@4.vsnl.net.in

இவர்கள் அளித்த சில தீர்ப்புகள்

காப்பீடு செய்து கொண்டவர் தற்கொலை செய்து கொண்டதாக காவல் நிலையக் குறிப்புகள் கூறியதால் காப்பீட்டு தொகை மறுக்கப்பட்டது. இந்த குறிப்பை நிரூபிக்க எந்த ஆவணமும் இல்லை. எனவே அவருக்கு முழுத்தொகையும் அளிக்க ஐஆர்டிஏ தீர்ப்பு வழங்கியது.

காப்பீடு செய்து கொண்டவர் தனக்கு இருந்த வியாதிகளைப் பற்றிக் கூறி அதிக ப்ரீமியம் கட்டியுள்ளார் இருந்தும் காப்பீட்டு தொகை மறுக்கப்பட்டது. ஐஆர்டிஏ எடுத்த முடிவின்படி, முழுத்தொகையும் நுகர்வோருக்கு அளிக்க வகை செய்யப்பட்டது.

இது போன்ற அமைப்புகள் மற்ற துறைகளிலும் ஏற்படுத்தப்படால் நுகர்வோர் நீதிமன்றங்களில் உள்ள நிலுவை குறையும்.

பொறுத்துறை நிறுவனங்கள் நுகர்வோர் குறைதீர்க்கும் முறைகள்

விமானசேவையை பொறுத்தமட்டிலும் “ஓம்பட்ஸ்மேன்” அமைப்பை உருவாக்க முயற்சிகள் எடுக்கப்பட்டு வருகின்றது. அதுவரை விமான போக்குவரத்துத் துறையில் பொது இயக்குநர் அவர்களால் sugam@dgca.nic.in என்ற மின் அஞ்சலில் குறைகளை பதிவு செய்யும்முறை அமலாக்கப்பட்டுள்ளது. மேலும் ஒவ்வொரு புதன்கிழமைமும், முக்கிய விமான நிலையங்களின் பொறுப்பு அலுவலர் நுகர்வோர் குறைகளைக் கேட்டறிந்து தீர்வுக்கு வழிவகை செய்வார்.

தமிழ்நாடு மின்வாரியத்தின் ஒவ்வொரு வட்டத்திலும் உள்ள கண்காணிப்பு பொறியாளரால் நுகர்வோர் குறைதீர் கூட்டம், மாதந்தோறும் நடத்தப்படும். இங்கு அஞ்சல் மூலம் அல்லது நேரில் வரும் குறைகளைத் தீர்க்க நடவடிக்கை எடுக்கப்படும்.

இந்திய தொலைபேசி நிறுவனம் (BSNL) அதன் துணை பொது மேலாளர்களைக் கொண்டு மூன்று மாதத்திற்கு ஒரு முறை

இத்தகைய கூட்டத்தை நடத்துகிறது. இதற்கான அறிவிப்புகள் பத்திரிகைகளில் பிரசுரிக்கப்படுகின்றன. அஞ்சல் துறையும் மூன்று மாதத்திற்கு ஒரு முறை இத்தகைய கூட்டங்களை நடத்துகின்றது

இதேபோல் அலைபேசி / தொலைபேசி நிறுவனங்களின் மீது புகார்கள் இருந்தால் வசயுஜ அமைப்பிடம் புகார் கொடுக்கலாம். நுகர்வோருக்கு குறுஞ்செய்தி மூலமாக ஒரு எண் கொடுக்கப்படும், எத்தனை நாளைக்குள் புகார் தீர்வு செய்யப்படும் என்றும் சொல்லப்படும். இது ஒரு இணைய தள சேவை. இதற்கு மேல் முறையீடு வாய்ப்பும் உள்ளது. இந்த நிறுவனமே கேபிள் தொலைக்காட்சியில் ஏற்படும் முறைகளையும் நிவர்த்தி செய்யும்.

வங்கிகள் அல்லாத நிதி நிறுவனங்களைப் பற்றிய புகார்களை Securities and Exchange Board of India (SEBI) என்ற அமைப்பில் முறையிடலாம். இவர்களது இணைய தளத்திற்குச் சென்று புகாரைப் பதிவு செய்யலாம் இணைய தள முகவரி:www.sebi.gov.in

- எம். ஆர்.கிருஷ்ணன்

சென்னையில் உள்ள 20 பள்ளி மாணவர்களிடையே போட்டி

சென்னையில் உள்ள 10 மெட்ரிக் மற்றும் 10 அரசு பள்ளிகளில் 8 மற்றும் 9ம் வகுப்புகளை சேர்ந்த 2368 மாணவர்கள் மாணவ நுகர்வோர் மன்றத்தில் உறுப்பினர்களாக உள்ளனர். இந்த நிகழ்ச்சி கன்ஸ்யூமர்ஸ் அசோஷியேஷன் ஆஃப் இந்தியா அமைப்பினால் நடத்தப்பட்டது. கன்ஸ்யூமர்ஸ் அசோஷியேஷன் ஆஃப் இந்தியா நிறுவனம் கடந்த 14 வருடங்களாக நுகர்வோர் விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துவதோடு நுகர்வோர் பிரச்சினைகளை தீர்த்து வைத்து வருகிறது.

மாணவ நுகர்வோர் மன்றத்தைச் சேர்ந்த 2368 மாணவர்களுக்கும் 3 முக்கிய தலைப்புகளின் கீழ் விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தப்பட்டன.

- நுகர்வோர் பாதுகாப்பு சட்டத்தின் படி, நுகர்வோரின் பொறுப்புகள் மற்றும் கடமைகள்
- பாதுகாப்பான உடல்நலத்திற்கான உணவு மற்றும் குடிநீர் பாதுகாப்பு
- தனி நபர் சுகாதாரம் மற்றும் சுற்றுச்சூழல் பாதுகாப்பு

மேலும் 2368 மாணவர்களுக்கும் கன்ஸ்யூமர்ஸ் அசோஷியேஷன் ஆஃப் இந்தியாவினால் கையேடுகள் வழங்கப்பட்டன.

ஆண்டு தோறும் மார்ச் 15ம் தேதி உலக நுகர்வோர் தினமானது கொண்டாடப்பட்டு வருகிறது. இவ்வாண்டு கன்ஸ்யூமர்ஸ் அசோஷியேஷன் ஆஃப் இந்தியா “மாணவ நுகர்வோர் மன்ற பரிசளிப்பு விழா” வினை மார்ச் 8 2016 அன்று “சென்னை அருங்காட்சியம், எழும்பூரில் காலை 9.30 முதல் மதியம் 1 மணி வரை நடத்தியது

இந்நிகழ்ச்சியில் பேச்சுப் போட்டி, ஓவியப்போட்டி, தவறான லேபிள் கண்டுபிடித்தல் மற்றும் தவறான விளம்பரங்களைக் கண்டறியும் செயல் திட்டங்கள் ஆகிய 4 வகையான போட்டிகள் நடைபெற்றன. பரிசு பெற்றவர்களின் விவரங்கள் அனைத்து போட்டிகளும் முடிந்த பின்னர் அறிவிக்கப்பட்டன.

உணவுப்பொருள் வழங்கல் மற்றும் நுகர்வோர் பாதுகாப்புத் துறையின் ஆணையாளர் முதன்மைச் செயலாளர் திரு. S. கோபாலகிருஷ்ணன், இ.ஆ.ப, அவர்கள் தலைமை விருந்தினராகப் பங்கேற்று அனைவருக்கும் பரிசுகளை வழங்கினார்.

இந்தத் திட்டம் உணவுப்பொருள் வழங்கல் மற்றும் நுகர்வோர் பாதுகாப்புத்துறையின் ஆதரவுடன் நடத்தப்பட்டது. மேலும் ITC நிறுவனம் சுமார் 350 மாணவ மாணவியருக்கு பரிசுப் பொருட்கள் வழங்கியது.

மாணவ நுகர்வோர் மன்றங்களை சிறப்பாக நடத்திட பள்ளி மற்றும் கல்லூரிகளில் எங்களது நிறுவன உறுப்பினர்களை கொண்டு இவ்வமைப்பினை மேலும் வலுவாக்கி வருகிறோம். மாணவ நுகர்வோர் மன்றங்களில் உள்ள மாணவர்களுக்கு நுகர்வோரின் உரிமைகள் பற்றி கற்பிக்கப்படுகின்றன. மாணவர்களுக்கு நுகர்வோர் பற்றிய விழிப்புணர்வையும், பொறுப்புகளையும் சட்டங்களின் கீழ் எடுத்துரைக்கும் போது மாணவர்கள் அவர்களின் பொறுப்பை உணர்ந்து சிறந்த குடிமகனாக விளங்க வழிவகை செய்ய முடியும் என்று திருமதி கல்யாணி ராஜாராமன் அவர்கள் கூறினார்.

தங்கம் வாங்கினால் ஹால்மார்க்: முத்திரையை மட்டும் பார்க்காதீர்கள்..!

முன்பெல்லாம் தங்க நகைகளை நம்பிக்கையின் அடிப்படையில் நன்கு பழகிய கடைகளில்தான் வாங்கினார்கள். ஆனால், இன்றோ ஹால்மார்க் முத்திரை வந்துவிட்டது. இந்த முத்திரை பொறித்த நகைகளை வாங்கினால் போதும், தங்கத்தின் தரத்திற்கு கியாரண்டி. இந்த ஹால்மார்க் முத்திரை எவ்வாறு வழங்கப்படுகிறது?

ஹால்மார்க்!

சுத்தமான தங்கம் என்பதன் அடையாளமாக காட்டப்படுவதுதான் ஹால்மார்க் முத்திரை. தங்கத்தில் 24, 22, 18, 14, 10, 9, 8 கேரட்கள் உள்ளன. இதில் 24, 22, 18 கேரட் மட்டுமே பெரும்பாலும் பயன்படுத்தப்படுகிறது. 24 கேரட் என்பது 99.9% சுத்தமான தங்கம். முதலீடு அடிப்படையில் தங்கக் கட்டிகளாக வாங்குகிறவர்கள் இந்த 24 கேரட் தங்கத்தையே வாங்குவார்கள். இந்த 24 கேரட் தங்கத்தின் விலை 22 கேரட் தங்கத்தைவிட சற்று கூடுதலாக இருக்கும். இந்த சுத்த தங்கத்தைக் கொண்டு ஆபரணங்கள் செய்ய முடியாது என்பதால், சில உலோகங்களைச் சேர்த்து 22 கேரட் மற்றும் 18 கேரட்களில் நகை செய்கிறார்கள். இந்த நகையைதான் ஆபரணத் தங்கம் என்கிறோம்.

அதிக அளவில் உலோகத்தைக் கலக்கும்போது தங்கத்தின் சுத்தத் தன்மை குறைந்துவிடுகிறது. வாங்கும் போது 22 கேரட்டுக்கான விலை கொடுத்து வாங்கிவிட்டு, விற்கும்போது அது வெறும் 18 கேரட் தங்கம்தான் என்பது தெரியவரும்போது வாங்கியவர்கள் நொந்துபோய் விடுகிறார்கள்.

யார் வழங்குகிறார்கள்?

இந்திய அரசின் தரக்கட்டுப்பாடு அமைப்பான “பிரோ ஆ.பி இந்தியன் ஸ்டாண்டர்டு” (பி.ஐ.எஸ்.) என்கிற அமைப்ப்தான் இந்த ஹால்மார்க் முத்திரையைத் தருகிறது. ஹால்மார்க் முத்திரை வழங்கும் இலர்கள் நாடு முழுக்க இருக்கிறார்கள். இந்த முத்திரை வழங்குவதற்கு பி.ஐ.எஸ். அமைப்பு இவர்களுக்கு லைசென்ஸ் தந்திருக்கிறது. இந்த லைசென்ஸ் பெற்ற இலர்கள் மட்டுமே ஹால்மார்க் முத்திரை வழங்க முடியும்.

நர பரிசோதனை!

தங்களுக்குத் தேவையான நகைகளை பொற்கொல்லர்களை வைத்து செய்வது தான் நகைக் கடைகளின் முந்தைய வழக்கம். ஆனால், இப்போதோ வளையலுக்கு ஒருவர், நெக்லஸ்ஸுக்கு ஒருவர், மோதிரத் திற்கு இன்னொருவர் என



பலரிடமிருந்து நகைகளை மொத்தமாகச் செய்து, அதை வாங்கி விற்கின்றனர் நகைக் கடைக்காரர்கள். இப்படிச் செய்யப்படும் நகைகளை ஹால்மார்க் இலர்களிடம் கொடுத்து நகையின் தரத்தைப் பரிசோதிக்கின்றனர்.

இப்படி தரம் பரிசோதிக் கப்பட்ட நகைகள் 22 கேரட் எனில் 91.6% ஹால்மார்க் முத்திரையைத் தருகின்றனர். 18 கேரட் நகை எனில் 75% ஹால்மார்க் முத்திரை தருவார்கள். எனவே, ஹால்மார்க் முத்திரை இருக்கிறதா என்று பார்க்குமே, அது 91.6 சதவிகிதமா, இல்லை 75 சதவிகிதமா என கட்டாயம் பார்க்பது அவசியம்.

முத்திரையில் ஏமாற்றினால்..?

நகை வாங்கும்போது 22 கேரட் என வாங்கிவிட்டு, விற்கப் போகும்போது 18 கேரட் என தெரிய வந்தால் உடனடியாக பி.ஐ.எஸ். அலுவலகத்தில் புகார் தெரிவிக்கலாம். சென்னை, கோயம்புத்தூர் ஆகிய ஊர்களில் இந்த அலுவலகம் இருக்கிறது. தரம் குறைவாக இருக்கும் நகையை அவர்கள் பரிசோதித்து புகார் உறுதி செய்யப்பட்டால் அந்த ஹால்மார்க் முத்திரை வழங்கிய இலரின் லைசென்ஸை உடனடியாக ரத்து செய்வார்கள்.

எந்த கடையில் நகை வாங்கினோமோ அந்தக் கடை கண்டிப்பாக நஷ்டஈடு வழங்கியாக வேண்டும். ஒருவேளை நஷ்ட ஈடு தர மறுத்தால் நுகர்வோர் நீதிமன்றத்தை அணுகலாம். சின்ன மோதிரமோ, காதில் அணியும் தோடோ அனைத்து நகைகளிலும் இந்த ஹால்மார்க் முத்திரை இருக்கும். ஹால்மார்க் முத்திரை வழங்கும் ஒவ்வொரு இலருக்கும் ஒரு தனிப்பட்ட அடையாளத்துடன் கூடிய முத்திரை இருக்கும். இந்த முத்திரையை வைத்து அதை வழங்கிய இலரை எளிதாக கண்டுபிடித்துவிட முடியும்.

ஹால்மார்க் முத்திரை என்பதை ஏதோ ஐ.எஸ்.ஐ. முத்திரை போல பொதுவான ஒரு விஷயமாக மக்கள் நினைக்கிறார்கள். தரத்திற்கேற்ப இந்த முத்திரையும் மாறும் என்பதில் கவனம் கொண்டால், நகை வாங்கும்போது நாம் ஏமாற வாய்ப்பில்லை என்பது நிச்சயம்.

கேள்வி பதில் பகுதி- நுகர்வோர் பாதுகாப்பு சட்ட விளக்கம்

1. நுகர்வோர் என்பவர் யார்? அவருடைய உரிமை என்ன?

தன்னுடைய பயன்பாட்டிற்காக குறிப்பிட்ட விலை கொடுத்து பொருட்களை கொள்முதல் செய்யும் அல்லது சேவையை பெறும் எந்த ஒரு தனி நபரும் நுகர்வோர் என அழைக்கப்படுவார். ஆனால் இதனை வியாபாரத்திற்காக பயன்படுத்துபவர் அல்லது மறுவிற்பனை செய்பவர் நுகர்வோராக கருதப்படமாட்டார்.

நுகர்வோரின் உரிமைகள் பின்வருமாறு:

- குறைபாடான பொருள் அல்லது சேவையினால் பாதிக்காமல் காத்துக்கொள்ளும் உரிமை
- கொள்முதல் செய்யப்படும் பொருள்/சேவை பற்றிய முழு விவரங்களை பெறுவதற்கான உரிமை.
- தமக்கு தேவையான பொருட்களை/சேவையை தெரிவு செய்வதற்கான உரிமை.
- குறைபாடான பொருட்கள்/சேவையை பெற்றிருந்தால் அது பற்றி கேட்பதற்கான உரிமை.
- இந்த குறையை தீர்ப்பதற்காக நீதிமன்றத்தில் முறையீடு செய்யும் உரிமை.
- தம்முடைய நுகர்வோர் உரிமையை சுதந்திரமாக செயல்படுத்துவதற்காக நுகர்வோர் கல்வி பெறுவதற்கான உரிமை.

2. பொருட்களை கொள்முதல் செய்யும்போது கவனிக்க வேண்டியவை யாவை?

கொள்முதல் செய்யும் பொருள் மூலப்படிவமான பொருள்தானா (original) என்பதை உறுதி செய்து கொள்ள வேண்டும். பின்னர் குறை ஏதும் தெரிந்தால் நிவர்த்தி செய்யும் உத்தரவாதத்தை செயல்படுத்த இது தேவைப்படும். மேலோட்டமாக பார்த்த உடனேயே தெரிகின்ற குறையேதும் இல்லை என்பதை தெளிவுப்படுத்தி கொள்க. பொருளுடன் வரும் விவரங்களை படித்து அந்த பொருளை பற்றிய முழுவதும் தெரிந்து கொள்க. ISI, Agmark போன்று பொருளுக்கு தரச்சான்று ஏதேனும் அளிக்கப்பட்டுள்ளதா என்று சரிபார்த்து கொள்முதல் செய்க.

3. நுகர்வோர் தாம் பாதிக்கப்பட்டுள்ளதை தெரிந்து உடனேயே நீதிமன்றத்திற்கு செல்ல வேண்டுமா?

இல்லை. முதலில் சம்பந்தப்பட்ட விற்பனையாளரிடம் சென்று தாம் கொள்முதல் செய்த பொருளின் குறைபாட்டை எடுத்துக்கூறி சரி செய்து கொடுக்கும்படி



கூற வேண்டும். பெரும்பாலான உற்பத்தியாளர்கள் இவ்வாறு புகார் வந்தவுடன் சரியான பொருட்களை உடன் மாற்றி கொடுத்துவிடுவர். அல்லது நுகர்வோரிடம் பெற்ற விலைக்கான தொகையை திருப்பி வழங்கிவிடுவார்.

4. நுகர்வோர் எப்போது நீதிமன்றத்தை அணுக வேண்டும்?

விற்பனையாளரிடம்/உற்பத்தியாளரிடம் நேரடியாக சென்று கேட்டும் குறையை நிவர்த்தி செய்யாமல் மறுத்தளித்தல் செய்யும்போது அல்லது தம்முடைய குறைகளை கேட்காமல் மறுப்பது தெரியவரும்போது மேற்படி பொருள் கொள்முதல் செய்ததற்கான பட்டியல், உத்தரவாதம் ஏதும் அளித்திருந்தால் அதற்கான ஆவணங்கள் ஆகியவற்றை அடிப்படையாக வைத்து நீதிமன்றத்தை அணுகி தாம் பாதிக்கப்பட்டதை முறையீடு செய்யலாம்.

5. கட்டணம் ஏதுமின்றி சேவை புரிவாரிடம் பெரும் குறைபாடான சேவைக்கு நீதிமன்றத்திற்கு அணுக முடியுமா?

எந்த ஒரு நுகர்வோரும் தாம் பெற்ற பொருள் சேவைக்கு ஈடாக விலையை இதனை அளிப்பவருக்கு கொடுத்திருக்க வேண்டும் என்பதே நுகர்வோர் வழக்கின் அடிப்படையாகும். இலவசமாக மருத்துவ சேவை புரியும் அரசு மருத்துவமனையின் மீது பாதிக்கப்பட்ட நோயாளி ஒருவர் நுகர்வோர் நீதிமன்றத்தில் நிவாரணம் கோரி வழக்கு தொடுக்க முடியாது. ஒரு ரூபாயாவது கட்டணமாக செலுத்தி ரசீது பெற்று சேவை பெற்றிருந்தால் வழக்கு தொடுக்க முடியும்.

6. இவ்வாறு நுகர்வோர் நீதிமன்றத்தில் வழக்கு தொடுப்பதால் என்னென்ன நிவாரணம் கிடைக்கும்?

இந்த வழக்கு சரியானதுதான், நுகர்வோர் குறைபாட்டைய பொருள்/சேவையால் அதிக பாதிப்புக்குள்ளாகியுள்ளார் என நுகர்வோர் நீதிமன்றம் கருதுமாயின் உடன் கீழ்க்காணும் நிவாரணங்களை செய்யும்படி எதிர் தரப்பினருக்கு உத்தரவிடுகிறது.

1. குறைபாடு உடைய பொருள் அல்லது சேவையை உடனடியாக அகற்றும்படி கோருதல்
2. குறைபாடு உடைய பொருள் அல்லது சேவையால் ஏற்பட்ட நட்டத்தை ஈடுகட்டும்படி கோருதல்
3. இந்த வழக்கிற்கான செலவு தொகையை வழங்கும்படி கோருதல்
4. குறைபாடுடைய பொருளுக்கு பதிலாக அதே மாதிரியான வேறு நல்ல பொருளை வழங்கும்படி கோருதல்
5. பெற்ற குறைபாடுடைய பொருள்/சேவையின் விலையை உடனடியாக திரும்ப வழங்கும்படி கோருதல்
6. உடனடியாக இவ்வாறான நேர்மையற்ற வியாபார செயலை மேலும் தொடராமல் நிறுத்தம் செய்யும்படி உத்திரவிடுதல்
7. அபாயம் விளைவிக்கும் பொருள் ஏதும் சந்தையிடப்பட்டிருந்தால் உடனடியாக அப்பொருட்கள் சந்தையிலிருந்து மீண்டும் பெற்றுக்கொள்ளும்படி உத்திரவிடுதல்

7. ஈட்டுத்தொகை பெறுவதற்கு ஏதேனும் உச்ச வரம்பு உள்ளதா?

இல்லை. அனைவராலும் ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடியதும் நடைமுறைக்கு பொருந்த கூடிய அளவிற்கு ஈட்டுத்தொகை இருக்க வேண்டும்.

8. ஒரு பொருள் அல்லது சேவை பெறும்போது ஏற்படும் குறைபாட்டில் ஒரு பகுதி குறையை மட்டும் தீர்க்கும்படி நீதிமன்றத்தில் முறையீடு செய்ய முடியுமா?

ஆம். ஒரு குறிப்பிட்ட பகுதி மட்டும் குறைபாடு உடையதாயின் மற்றவை சரியாக உள்ளது என தெரியும்போது அந்த குறிப்பிட்ட பகுதியை மட்டும் சரிசெய்து தரும்படி நுகர்வோர் நீதி மன்றத்தை அணுக முடியும்.

9. இந்த வழக்கினை வழக்கறிஞர் மூலமாக மட்டும் தான் அணுக வேண்டிமா?

தேவையில்லை. பாதிக்கப்பட்ட நுகர்வோர் நேரடியாக நீதிமன்றத்தை அணுகலாம், மிகவும் சிக்கலான நிலையில் மட்டும் வழக்கறிஞரை அணுகுவது நல்லது.

10 நுகர்வோர் வழக்கு தொடுக்கும்போது என்னென்ன காரணிகளை கருத்தில் கொள்ள வேண்டும்?

1. குறைபாடுடைய பொருள் அல்லது சேவையின் பெயர்

2. வழக்கு தொடுப்பவரின் பெயர் மற்றும் முழு விவரங்கள் அவ்வாறே எதிர் தரப்பாளரின் முழு விவரங்கள்
3. இந்த நிகழ்வுகள், எப்போது, எங்கே எவ்வாறு நிகழ்ந்தது
4. எதிர் தரப்பாளர் ஏன் இதற்கு பதிலீடு செய்ய வேண்டும்? அல்லது பொறுப்பு வகிக்க வேண்டும்? அதற்கான உத்திரவாதம் உள்ளதா? பட்டியல் உள்ளதா? விலை கொடுக்கப்பட்டுள்ளதா?
5. குற்றச்சாட்டிற்கான ஆதாரங்கள், பட்டியல், பணம் கொடுத்ததற்கான ரசீதுகள், உத்திரவாதம் பெற்றதற்கான ஆதாரங்கள், நேரில் அணுகி கேட்டபோது மறுக்கப்பட்டதற்கான ஆதாரங்கள் அல்லது எழுத்து மூலம் நிவர்த்தி செய்யும்படி கோரி மறுத்ததற்கான ஆதாரங்கள்
6. பொருள்/சேவை கொள்முதல் செய்து பாதிக்கப்பட்ட நாளிலிருந்து இரண்டு வருடங்களுக்குள் வழக்கு தொடுக்கப்பட வேண்டும்.

11. வழக்கை எங்கு பதிவு செய்ய வேண்டும்?

பாதிப்பு எங்கு ஏற்பட்டதோ அந்த இடத்தினுடைய மாவட்டத்தில் உள்ள நுகர்வோர் நீதிமன்றத்தில் வழக்கு தொடுக்கலாம். மதிப்பீடு தொகை 25 இலட்சம் வரையிருந்தால் மாவட்ட நுகர்வோர் மன்றத்திலும் 25 இலட்சம் முதல் 1 கோடி வரை மாநில நுகர்வோர் மன்றத்திலும் 1 கோடிக்கும் மேல் எனில் தேசிய நுகர்வோர் மன்றத்திலும் வழக்கு தொடுக்கலாம்.

12. நுகர்வோர் நீதிமன்றத்தில் வழக்கை தொடுப்பதற்கான வழிமுறைகள் என்ன?

ஒரு வெள்ளைத்தாளில் (நான்கு நகல்கள்) முழு விவரங்களையும் பதிவு செய்து இதற்கான அனைத்து ஆவண நகல்களை இணைத்து பொருள் மதிப்பிற்கு தகுந்தவாறு நுகர்வோர் நீதிமன்றத்தில் நேரடியாகவோ, பதிவு தபால் மூலமாகவோ. தொலைநகல் மூலமாகவோ, விரைவு தபால் மூலமாகவோ வழக்குகளை பதிவு செய்து இந்த வழக்கின் நகலை எதிர் தரப்பாருக்கும் அனுப்பி வைக்க வேண்டும். இதற்கு முத்திரைத்தாள் கட்டணம் ஏதும் செலுத்த தேவையில்லை.

13. நுகர்வோர் நீதிமன்றத்தின் தீர்ப்பினை மறுத்து மேல் முறையீடு எவ்வாறு செய்வது?

நுகர்வோர் நீதி மன்றத்தில் தீர்ப்பு பெறப்பட்ட 30 தினங்களுக்குள் மாவட்ட நீதிமன்ற தீர்ப்பாயின் மாநில மன்றத்திலும் மாநில மன்ற தீர்ப்பாயின் தேசிய மன்றத்திலும், தேசிய மன்ற தீர்ப்பு எனில் உச்ச நீதி

மன்றத்திலும் வழக்கு தொடுக்கலாம். அப்போது அனைத்து நடைமுறைகளுடன் நீதிமன்ற தீர்ப்பு நகலையும் இணைத்து மேல் முறையீட்டிற்கு மனு செய்ய வேண்டும்.

இந்த முப்பது நாட்கள் என்ற வரம்பை நீதி மன்றம் விரும்பினால் சரியான காரணத்திற்காகவே கால தாமதம் ஆகிவிட்டது எனக்கருதி வழக்கினை ஏற்றுக்கொள்ளும்.

14. மேல் முறையீட்டின்போது நீதிமன்ற கட்டணம் ஏதும் செலுத்த வேண்டிமா?

நீதிமன்ற கட்டணம் ஏதும் செலுத்த தேவையில்லை. ஆனால் ஈடுகட்டும் தொகையின் மதிப்பில் 50% அல்லது ரூ.2500 எது குறைவோ அதனை மாநில மன்றத்திற்கும், உச்ச நீதிமன்றத்திற்கும், தேசிய மன்றத்திற்கும் ரூ.35000 தேசிய மன்றத்திற்கு ரூ.5000 உச்ச நீதிமன்றத்திற்கு மேல்முறையீடு செய்ய தொகையை செலுத்த வேண்டும்.

15. நுகர்வோர் நீதிமன்ற உத்தரவை எதிர்தரப்பாளர் நடைமுறைபடுத்தவில்லை எனில் என்ன செய்ய வேண்டும்?

எதிர்தரப்பாளர் உத்தரவை ஏற்று செயல்படுத்தவில்லை என்றால் அது ஒரு குற்றச்செயலாகும். குறைந்தது ஒரு மாதம் அதிக பட்சம் மூன்று மாதம் சிறை தண்டனையும், தண்டத் தொகையாக ரூ.2000 அதிக பட்சம் ரூ.10000 மட்டும் அல்லது இரண்டுமே சேர்த்து விதிக்கப்படும். இடைக்கால உத்தரவு ஏதும் நுகர்வோர் நீதிமன்றம் செயல்படுத்தாது.

16. நுகர்வோர் நீதிமன்றத்தின் செயல்பாடு வரன்முறை யாவை?

குற்றவியல் மாவட்ட முதன்மை நீதிமன்ற நீதிபதி போன்று வழக்குகளை நடத்துவதற்கான அனைத்து உரிமைகளும் நுகர்வோர் மன்ற நீதிபதிக்கு உள்ளது.

பிறந்த குழந்தைகளை படம் எடுப்பவர்கள் அறிய வேண்டிய எச்சரிக்கை ரிப்போர்ட்

*குழந்தைகளின் பெற்றோர்களும் மற்றும் குழந்தைக்காக ஏங்கி எதிர்பார்க்கும் பெற்றோர்களின் கவனத்திற்கு நிச்சயம் கொண்டு செல்லப்பட வேண்டிய செய்தி இது..!

கேமிரா ப்ளாஷ் ஆன் ஆகி இருப்பதை மறந்து, பிறந்து 3 மாதங்களே ஆன குழந்தையை க்ளோஸ்-அப்பில் போட்டோ எடுத்துள்ளார் அக்குழந்தையின் குடும்ப நண்பர் ஒருவர்,

ப்ளாஷின் பாதிப்பினால் ஒரு கண்ணின் பார்வையை இழந்துள்ளது அக்குழந்தை..!

புகைப்படம் எடுத்தப்பின் குழந்தையின் கண்களில் ஏதோ மாற்றத்தை கண்ட அப் பெற்றோர்கள் அதிர்ந்து போய் குழந்தையை மருத்துவமனைக்கு கொண்டு சென்றுள்ளனர்.

அங்கு மருத்துவர்கள், குழந்தையை பரிசோதித்துவிட்டு மிக அருகாமையில் ப்ளாஷ் போடப்பட்டு படம் எடுக்கப்பட்டதால் (கிட்டத்தட்ட 10 இன்ச் அருகாமையில்) குழந்தையின் வலது கண் பார்வையை இழந்துள்ளது என்று கூறியுள்ளனர்..!

மேலும், சக்தி வாய்ந்த ப்ளாஷ் குழந்தைகளின் கண்ணின் கருமணியை பாதிப்புக்குள்ளாக்கி விடும் என்றும் மருத்துவர்கள் எச்சரித்து உள்ளனர். நம்மில்

சிலர்கள் குழந்தை பிறந்தவுடனே அக்குழந்தையை செல்போனிலும், சக்திவாய்ந்த காமிரா மூலமும் பலக் கோணங்களிலும் அடிக்கடி படம் எடுத்து வெளிநாட்டில் இருக்கும் குழந்தையின் தந்தைக்கும், அன்பர்களுக்கும். நண்பர்களுக்கும் ஆர்வக்கோளாரின் காரணத்தினால் அனுப்புகின்றனர்.

அப்படி படம் எடுப்பதும், குழந்தையின் தாயார் குழந்தைகளின் மிக அருகில் செல்போன்களை வைத்துக்கொண்டு பேசுவதும் அக் குழந்தையின் உடல் நலத்திற்கு கேடுவிளைவிப்பதுடன், உளவியல் ரீதியாகவும் பெரும் பாதிப்பை ஏற்படுத்தும், என்பதையும் ஏனோ மறந்து விட்டு செயல்படுகின்றனர்.

சில மருத்துவமனைகளில் குழந்தைகள் பராமரிப்பு குறித்தும் குழந்தைகளை எளிதில் பாதிப்பிற்கு உள்ளாக்கும் கதிர்வீச்சுகள் குறித்தும் பெற்றோர்களிடத்தில் விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்துவதை மறந்துவிட்டு பணம் ஈடுவது ஒன்று மட்டுமே குறிக்கோளாய் இருந்து வருகின்றன.

எது எப்படி இருப்பின்,பெற்றோர்களும் மற்றோர்களும் குழந்தைகள் விஷயத்தில் கண்ணும் கருத்துமாக விழிப்புணர்வுடன் செயல்பட்டு வந்தால் உள்ளமும் இல்லமும் சிறப்புடன் விளங்கும்....

எங்களைக் கேளுங்கள் – வீட்டில் பயன்படுத்தும் சமையல் எரிவாயு தொடர்பான பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகள்!

வீட்டில் பயன்படுத்தும் சமையல் எரிவாயு தொடர்பான பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகள் குறித்து இந்த கட்டுரையில் காணலாம்.

“கேஸ் சிலிண்டர் வெடிக்க என்ன காரணம்?”

“90% சிலிண்டர் விபத்துகள் கேஸ் லீக் ஆவதால்தான் ஏற்படுகின்றன. எனவே, கேஸ் லீக்கேஜுக்கான வாய்ப்பில்லாமல் கவனமாக இருக்க வேண்டும். கேஸ் லீக்கேஜை உணர்ந்தால், துரிதமாக நடவடிக்கை எடுக்க வேண்டும்.”

“கேஸ் சிலிண்டரை கையாளும் முறைகள்....”

“சிலிண்டரை எப்போதும் நிமிர்த்தியே வைத்திருக்க வேண்டும்; படுத்த நிலையில் வைக்கக் கூடாது. மேலும், சிலிண்டர் வைக்கும் இடத்தில் பாத்திரம் பண்டம், தேவையற்ற பொருட்களை நிரப்பி வைப்பது என்று நெருக்கடியை ஏற்படுத்தக்கூடாது. சிலிண்டரைவிட அடுப்பு சற்று உயரமான இடத்தில் இருப்பதுடன், சிலிண்டரையும், அடுப்பையும் இணைக்கும் ரப்பர் டியூப் வெடிப்பு, விரிசல் போன்ற பழுதின்றி இருக்க வேண்டியது அவசியம். எப்போதுமே ஐ.எஸ்.ஐ முத்திரை பெற்ற அடுப்பு, டியூப், லைட்டர் போன்றவற்றையே பயன்படுத்த வேண்டும்.”

“சிலிண்டரையும் அடுப்பையும் இணைக்கும் ரப்பர் குழாயை எத்தனை மாதங்களுக்கு ஒருமுறை மாற்ற வேண்டும்?”

“கீரீன் .பி.எக்ஸ்பிள் டியூப் என்றால் 6 மாதம் முதல் 1 வருடத்துக்கு ஒருமுறை மாற்றலாம். ஆரஞ்சு சுரக்ஷா டியூப் என்றால் 1 முதல் 1.5 ஆண்டுகளுக்கு ஒருமுறை மாற்றலாம். இடைப்பட்ட காலத்தில் விரிசல் ஏற்பட்டால், உடனடியாக மாற்றிவிட வேண்டும்.”

“சமையல் அறையில் அதிக மின்சாரம் இழுக்கும் ஃபிரிட்ஜ் போன்ற உபகரணங்களை வைக்கலாமா?”

“அதை அந்த மின்சார சப்ளைவை பொறுத்துதான் முடிவு செய்ய முடியும். எனினும், அடுப்புக்கு மிக அருகில் எலெக்ட்ரிக் பொருட்களை வைப்பது எப்போதுமே தவிர்க்கப்பட வேண்டிய விஷயம்.”

“சிலிண்டர் வைத்திருக்கும் இடத்தை கதவு போட்டு மூடி வைக்கலாமா?”

“கூடாது. கேஸ் லீக் ஆனால் அது வெளியே தெரிவதற்கான வாய்ப்பை இது குறைக்கும் என்பதால்,

எப்போதுமே சிலிண்டரை கண்பார்வையில், காற்றடைக்காத வகையிலேயே வைத்திருக்க வேண்டும்.”

“கேஸ் லீக் ஆவது தெரிந்தால் என்ன செய்ய வேண்டும்?”

“முதலில் அடுப்பையும், ரெகுலேட்டரையும் ஆஃப் செய்துவிட வேண்டும். மின் பொருட்களின் ஸ்விட்ச் எதையும் ஆன் செய்துவிடக் கூடாது. ஆஃப் செய்யவும் கூடாது. கதவு, ஜன்னல்களை திறந்துவைத்துவிட்டு, வீட்டில் உள்ளவர்கள் வெளியேற வேண்டும். தாமதிக்காமல் அருகில் இருக்கும் கேஸ் டீலரை அழைக்க வேண்டும்.”

“சிலிண்டரின் எடை சரியாக இருக்கிறதா என்று எப்படி கண்டறிவது?”

“அதற்கான பிரத்யேக வெயிங் மெஷினை, டெலிவரிக்கு வருகிறவர்கள் எடுத்து வர வேண்டும் என்பதுதான் முறை. ஆனால், அதை யாரும் பின்பற்றுவது கிடையாது.

“கேஸ் சேஃப்டிடி டிவைஸ் எப்படி செயல்படுகிறது?”

“இதுவும் ரெகுலேட்டர்தான். இது, மூன்று விதமான பயன்களை அளிக்கிறது... சேஃப்டிடி, சேவிங்க்ஸ், மீட்டர்.

சேஃப்டிடி - இதிலிருந்து அவுட்புட் மட்டும் வரும்; இன்புட் எதுவும் எடுத்துக்கொள்ளாது. எனவே, டியூப் தீப்பிடித்தாலும் கேஸ் சிலிண்டர் வெடிக்காது. இதில் பொருத்தப்பட்டிருக்கும் சென்சார் மூலமாக கேஸ் லீக் ஆவதை அது தானாக உணர்ந்து, சிலிண்டரிலிருந்து அடுப்புக்கு கேஸ் செல்வதைத் தடுத்துவிடுவதால் விபத்துகள் தவிர்க்கப்படுகின்றன.

சேவிங்க்ஸ் - பொதுவாக சிலிண்டரிலிருந்து 320 பிஎஸ்ஐ பிரஷரில் அடுப்புக்கு கேஸ் வரும். சேஃப்டிடி டிவைஸ், இதைப் பாதியாகக் குறைத்துதான் அடுப்புக்கு அனுப்பும். இதனால், கேஸின் பயன்பாடு வழக்கமானதைவிட இன்னும் சில நாட்களுக்கு நீடிக்கும்.

மீட்டர் - இதிலுள்ள மீட்டர் மூலமாக கேஸ் எவ்வளவு தீர்ந்திருக்கிறது என்பதை துல்லியமாகக் கணக்கிட்டு, எப்போது கேஸ் தீரும் என்பதையும் கண்டறியலாம்.

இந்த ‘கேஸ் சேஃப்டிடி டிவைஸ்’ கள் மெட்டலில் செய்யப் பட்டிருப்பதால் 30 ஆண்டுகள் வரை நீடித்து உழைக்கும். மேலும், NRV டெக்னாலஜி பயன்படுத்தப்பட்டிருப்பதால் சிலிண்டர் வெடிக்க வாய்ப்பில்லை. இது சுமார் 2,500 ரூபாய் விலையில் கிடைக்கும்.



உஸ்பெகிஸ்தானில் இருந்து வந்திருந்த பிரதிநிதியுடன் உணவுப்பொருள் வழங்கல் மற்றும் நுகர்வோர் பாதுகாப்புத்துறையின் ஆணையர் திரு. S. கோபாலகிருஷ்ணன் இ.ஆ.ப அவர்கள் கலந்துரையாடிய போது.



உஸ்பெகிஸ்தானில் இருந்து வந்திருந்த கூட்டமைப்பின் 7 பிரதிநிதிகளுடன் கலந்துரையாடலின் போது எடுக்கப்பட்டது.



02-02-06 நாளன்று திருப்பூர் மாவட்டம் திருமுருகன் பூண்டி ரோட்டரி கிளப் ஹாலில் பிஷப் உபகாரசாமி மேல்நிலைப்பள்ளி N.S.S. மாணவர் குழுவுக்கு நுகர்வோர் பாதுகாப்பு விழிப்புணர்வு பற்றி The consumer Care Association தலைவர் S. காதர் பாட்சா, ஆலோசகர் Rtn. V.B. முருகானந்தன் சிறப்புரையாற்றினார்கள்.



மதுரை மாவட்டம் உணவுப் பொருள் வழங்கல் மற்றும் நுகர்வோர் பாதுகாப்புத்துறையின் சார்பில் நடைபெற்ற நுகர்வோர் விழிப்புணர்வு விழா



தேசிய நுகர்வோர் தின விழா, சாலைப்பாதுகாப்பு வார விழா பேரணி துவக்கம்



ஐம்பெரும் விழா புகைப்படம், நுகர்வோர் நலவாழ்வு மற்றும் மக்கள் பாதுகாப்பு சங்கம் கோபிச்செட்டிப்பாளையம் பள்ளி கல்லூரி மாணவ மாணவிகள் சாலைப் பாதுகாப்பு மற்று நுகர்வோர் விழிப்புணர்வு பேரணி



8-3-2016 அன்று சென்னை எழும்பூர் அருங்காட்சியகத்தில் நடைபெற்ற உலக நுகர்வோர் தின விழாவில் உணவுப்பொருள் வழங்கல் மற்றும் நுகர்வோர் பாதுகாப்புத்துறையின் ஆணையர் திரு. S. கோபாலகிருஷ்ணன் இ.ஆ.ப, அவர்கள் சிறப்புரை ஆற்றி பரிசுகளை வழங்கினார்.



8-3-2016 அன்று சென்னை எழும்பூர் அருங்காட்சியகத்தில் நடைபெற்ற உலக நுகர்வோர் தின விழாவில் உணவுப்பொருள் வழங்கல் மற்றும் நுகர்வோர் பாதுகாப்புத்துறையின் ஆணையர் திரு. S. கோபாலகிருஷ்ணன் இ.ஆ.ப அவர்கள் பரிசுப்பெற்ற மாணவர்களுடன் எடுத்துக் கொண்ட புகைப்படம்.

கேமரா எமன்கள்!

செல்போன் கேமராக்களும் ரகசிய கேமராக்களும் மலிவாகக் கிடைக்கிற சூழலில், தனிமனிதர்களின் சுதந்திரம் கேள்விக்குறியாகி இருக்கிறது. நட்சத்திர விடுதிகள், சுற்றுலாத்தலங்களில் உள்ள விடுதிகளுக்குள் அச்சமின்றி நுழைய முடியவில்லை. துணிக்கடைகளில் கூட ஆடைகள் அணிந்து பார்க்கும் டிரையல் ரூம்கள் பாதுகாப்பானவை என்பதற்கும் எந்தவித உத்தரவாதமும் இல்லை. பிரபலமான ஒரு நடிக்கையின் குளியல் காட்சிகளை ரகசியமாக வீடியோ எடுத்து அதை இன்டர்நெட்டில் வெளியிட்டு தங்கள் வக்கிரத்தைத் தீர்த்துக்கொண்டனர் சிலர். அதைப்போல முன்னாள் கதாநாயகி ஒருவர், வெளியூர் படப்பிடிப்பில் ஆடைமாற்றும்போது திருட்டுத்தனமாக அதை வீடியோ எடுத்து இன்டர்நெட்டில் வெளியிட்டனர். பிரபலங்கள் அல்லாத பல அப்பாவிப் பெண்களின் அந்தரங்கங்களும் அவர்களுக்கே தெரியாமல் வீடியோ எடுக்கப்பட்டு இன்டர்நெட்டில் வெளியிடும் அயோக்கியத்தனம் சர்வசாதாரணமாக அரங்கேறி வருகின்றன.

“சி.சி.டி.வி எனப்படும் கண்காணிப்பு கேமராக்கள், ஸ்பை கேமரா எனப்படும் உளவு பார்க்கப் பயன்படுத்தப்படும் கேமராக்கள் என விதவிதமான நவீன கேமராக்கள் வந்துகொண்டே இருக்கின்றன. மலிவான விலையிலும் அவை கிடைக்கின்றன. ஒருபுறம், அவை நல்ல நோக்கங்களுக்காகப் பயன்படுத்தப்படுகின்றன என்றாலும், மற்றொரு புறத்தில் தனிமனிதர்களின் சுதந்திரத்துக்கும் பாதுகாப்புக்கும் ஆபத்தையும் ஏற்படுத்துகின்றன. நமக்கு சம்பந்தமே இல்லாத யாரோ சிலருடைய பார்வையின் ஊடுருவலில் இருக்க வேண்டிய கட்டாயத்துக்கு நாம் தள்ளப்பட்டு இருக்கிறோம். எங்குமே பாதுகாப்பு இல்லாத சூழல் உருவாகிவிட்டது. எனவே, அதைப் புரிந்து கொண்டு நாம்தான் எச்சரிக்கையோடு நடந்து கொள்ள வேண்டும்”

யாருக்கும் தெரியாமல் யாருடைய ஒப்புதலும் இல்லாமல் ரகசிய இடங்களில் ஒளித்து வைத்து, தனிப்பட்ட நபர்களின் அந்தரங்கங்களை படம் பிடிப்பவை ரகசியக் கேமராக்கள். இது சட்டவிரோதமானது. பிறரை உளவு பார்ப்பதற்காகவோ, சிலரின் வக்கிர நோக்கங்களுக்காகவோ இந்த ரகசியக் கேமராக்கள் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

துணிலும் துரும்பிலும்!

எங்கு வேண்டுமானாலும் எதை வேண்டுமானாலும் படம் பிடிக்கிற திறன்கொண்டவை “ஸ்பை” கேமராக்கள். அது



இருக்கும் இடத்தை யாராலும் கண்டுபிடிக்க முடியாது. அதிலே இரண்டு வகைகள் இருக்கின்றன. வயர்ட் மற்றும் வயர்லெஸ். தற்போது பெரும்பாலும் வயர்லெஸ் ஸ்பை கேமராக்களே அதிகம் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. பேனா, கண்ணாடி, சாவிக்கொத்து, கைக்கடிக்காரம், செல்போன் சார்ஜர், பூ ஜாடி, கால்குலேட்டர், டி.வி ரிமோட், இடுப்பு பெல்ட், சட்டை பொத்தான், கழுத்துப் பட்டை, விளையாட்டுப் பொம்மைகள், ப்ளக் பாயின்ட், விளக்குகள், தொப்பி, டீஷர், எம்.பி 3 பிளேயர், பாத்திரம் :பிட்டிங்ஸ், புத்தகம், ஏர் ப்யூரி.பையர், ஏ.சி, போட்டோ :ப்ரேம் போன்ற பொருட்களில் மறைத்து வைத்து துல்லியமாகப் படம் பிடிக்க முடியும்.

வீட்டுக்குள் வில்லங்கம்!

ஒரு சூயிங்கம் பாக்கெட்டில் வைத்து ரகசியமாக வீடியோ பதிவு செய்யக்கூடிய குட்டி கேமராக்கள் நம் நாட்டில் எல்லா பெருநகரங்களிலும் கிடைக்கின்றன. அந்தக் குட்டி கேமராக்கள், ஆறு மணிநேரம் வரை வீடியோ பதிவு செய்யக்கூடியவை. தங்கள் குடும்ப உறவுகளை கண்காணிப்பதற்காகவும் இந்த கேமராக்களை பலர் வாங்கிச் செல்கின்றனர். “பேனா வடிவில் உள்ள கேமரா, முன்பு 15 ஆயிரம் ரூபாய் வரை விற்கப்பட்டது. இப்போது, 10 மடங்கு அளவுக்கு அதன் விலை குறைந்துவிட்டது. மிகவும் எளிதாகவும் அதைக் கையாள முடியும்”

இப்படிச் செய்யுங்க!

துணிக் கடைகளில் உடைமாற்றும் அறைகள் மற்றும் தங்கும் விடுதிகளில் பெரிய கண்ணாடிகள் இருக்கும். அந்தக் கண்ணாடிகளின் பின்புறத்தில் ரகசியக் கேமராக்கள் இருக்கலாம்.

இதைக் கண்டுபிடிப்பதற்கு பிரத்யேகக் கருவிகள் உண்டு. அடிக்கடி நட்சத்திர விடுதிகளில் தங்கும் பிரபலங்கள்,

அத்தகையக் கருவிகளைப் பயன்படுத்துகிறார்கள். லேசர் ஹிட்டன் கேமரா டிடெக்டர் (Laser hidden camera detector), வயர்லெஸ் கேமரா ஹண்ட்டர் (Wireless camera hunter) என்று அழைக்கப்படும் அந்தக் கருவிகள் பெரும்பாலும் டெல்லியில் மட்டுமே கிடைக்கின்றன. அதன் விலை சுமாராக 15 ஆயிரம். ஓர் அறையில் எந்த இடத்தில் ரகசியக் கேமராக்கள் பொருத்தப்பட்டு இருந்தாலும், இந்தக் கருவிகளின் மூலமாக கண்டுபிடித்துவிட முடியும்.

வெளியிடங்களுக்குச் செல்லும்போது, சிறிய டார்ச் விளக்கு ஒன்றை கைப்பையில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள். இதுபோன்ற கண்ணாடிகளில் டார்ச் விளக்கால் அடித்துப் பார்க்க வேண்டும். கண்ணாடிக்குள் ஒளி ஊடுருவவில்லை என்றால் அது சாதாரண முகம் பார்க்கும் கண்ணாடி. ஒளி ஊடுருவினால் அது ரி.பிளெக்டிங் கிளாஸ்.

உடை மாற்றும் அறைகள் மற்றும் தங்கும் விடுதிகளில் உள்ள கண்ணாடிகளை நம்முடைய விரலை வைத்தும் சோதித்துப் பார்க்கலாம். கண்ணாடி மீது உங்கள் ஆள்காட்டி விரலை வைப்புகள். விரலின் நுனிக்கும்

கண்ணாடியில் தெரிகிற அந்த விரல் பிம்பத்தின் நுனிக்கும் சிறிய இடைவெளி இருக்கும். நுணுக்கமாகப் பார்த்தால் அதை கவனிக்க முடியும். அப்படியான இடைவெளி இருந்தால், அது முகம் பார்க்கும் சாதாரண கண்ணாடி. நம் ஆள்காட்டி விரலுக்கும் கண்ணாடியில் தெரியும் பிம்ப விரலுக்கும் இடைவெளி தெரியவில்லை என்றால், அது ரி.பிளெக்டிங் வகை கண்ணாடி.

அறையின் வெளிச்சம் உள்ளே வராத அளவுக்கு கதவு மற்றும் ஜன்னல்களை மூடிவிட வேண்டும். பிறகு, உங்கள் செல்போன் கேமராவை ஆன் செய்யுங்கள். சாதாரணமாக புகைப்படம் எடுக்கும்போது வெளிப்படும் ‘.பிளாஷ்’ வெளிச்சத்தை அணைத்துவிட்டு, அந்த அறையில் உள்ள நான்கு புறங்களின் சுவர்களையும் சுவற்றில் உள்ள அலங்காரப் பொருட்களையும் வரிசையாகப் புகைப்படம் எடுங்கள். பின்னர் அந்தப் படங்களை ஆராயும்போது ஊசிமுனை அளவுள்ள ரகசிய கேமரா பொருத்தப்பட்டு இருந்தாலும், இருட்டில் எடுக்கப்பட்ட புகைப்படத்தில் சிகப்பு நிறப் புள்ளிகளாகத் தெரியும். அதை வைத்தே உங்கள் அறையினுள் ரகசியக் கேமராக்கள் பொருத்தப்பட்டு இருப்பதை அறிந்துகொள்ளலாம்.

தமிழகத்தில் குழந்தைகளுக்கான பிளே ஸ்கூல் துவங்குவதற்கான புதிய விதிமுறைகள்

தமிழகத்தில் குழந்தைகளுக்கான பிளே ஸ்கூல் துவங்குவதற்கான புதிய விதிமுறைகளை பள்ளிக்கல்வித்துறை வெளியிட்டுள்ளது. இதுகுறித்த அரசு அறிவிப்பில், “இளம் மழலையர் பள்ளிகள் எனப்படும் பிளே ஸ்கூல் விதி தொகுப்பு-2015 உருவாக்கப்பட்டுள்ளது. இந்த விதிகள் அமலுக்கு வந்ததில் இருந்து 6 மாதத்துக்குள் இந்த பள்ளிகளுக்கான அங்கீகாரத்துக்கு விண்ணப்பிக்க வேண்டும். விதிகளில் கூறப்பட்டுள்ள தேவைகள் பூர்த்தி செய்யப்படவில்லை என்றால், அந்த பள்ளிகளை மூட உத்தரவிடப்படும்.

3 ஆண்டுகளுக்கு மட்டுமே:

அங்கீகாரம் அளிப்பது மற்றும் புதுப்பித்தலுக்கு மாவட்ட தொடக்கக்கல்வி அதிகாரி தான் பொறுப்பு அதிகாரி. இந்த அங்கீகாரம் 3 ஆண்டுகளுக்கு மட்டும் செல்லுபடியாகும். அதன் பின்னர் மீண்டும் புதுப்பிக்க வேண்டும். விதிகளுக்கு முரணாக நடந்து கொள்ளும்

பள்ளிகளின் அங்கீகாரத்தை திரும்பப்பெற அதிகாரிக்கு அதிகாரம் உண்டு.

தரைத்தளத்தில் வகுப்புகள்:

இந்த பள்ளி கட்டிடங்கள் சொந்த கட்டிடமாகவோ, 5 ஆண்டுகளுக்கு குறையாமல் குத்தகைக்கு எடுக்கப்பட்ட கட்டிடமாகவோ இருக்க வேண்டும். அவை கான்கிரீட் கட்டிடங்களாகவும், சுற்றுச்சுவருடன் இருக்க வேண்டும். வகுப்பறை குழந்தைகளின் எண்ணிக்கைக்கு தகுந்தவாறு தரைத்தளத்தில் மட்டும் இருக்க வேண்டும்.

2 நுழைவுவாயில்கள்:

வகுப்பறை கதவுகள், ஜன்னல்கள் எளிதில் தீப்பிடிக்காத பொருட்களாலும், வெளிப்பக்கம் திறப்பதாகவும் இருக்க வேண்டும். வகுப்பறைகளுக்கு 2 நுழைவுவாயில்கள் இருக்க வேண்டும்.

கண்காணிப்பு கேமரா அவசியம்:

கழிவறை, குடிநீர், விளையாட்டு மைதானம் ஆகியவை சரியான முறையில் அமைக்கப்பட்டு இருக்க வேண்டும். குப்பைத்தொட்டி, அதிக ஒலி எழுப்பும் போக்குவரத்து சாலைகள், தொழிற்சாலைகள், பெட்ரோல் பங்க் ஆகியவற்றின் அருகே பள்ளிகள் இருக்கக்கூடாது. பள்ளி முழுவதும் கண்காணிப்பு கேமராக்கள் இருக்க வேண்டும்.

ஆசிரியர்களுக்கான கல்வித்தகுதி:

ஆசிரியர்கள் மற்றும் ஊழியர்களுக்கு கல்வித்தகுதி நிர்ணயிக்கப்பட்டுள்ளது. 15 குழந்தைகளுக்கு ஒரு ஆசிரியர் அதிலும் பெண் ஆசிரியர்கள் மட்டுமே நியமனம் செய்யப்பட வேண்டும். ஆசிரியை பிளஸ் 2 படித்து, டி.டி.எட், டி.எட், ஹோம் சயின்ஸ் ஆகியவற்றுக்கான பட்டயப்படிப்பு படித்து இருக்க வேண்டும் அல்லது ஹோம் சயின்சில் பட்டம், பி.எட், குழந்தைகள் படிப்புக்கான சான்றிதழ் வைத்திருக்க வேண்டும்.

வகுப்பு 15 குழந்தைகள் மட்டுமே:

ஒவ்வொரு ஆண்டும் ஜூலை 31 ஆம் தேதியுடன் 1 வயது 6 மாதத்தினை பூர்த்தி செய்த குழந்தைகளை மட்டுமே சேர்க்க வேண்டும். பள்ளிகளில் சேரும் குழந்தைகளின் வயது 1 வயது 6 மாதம் முதல் 5 வயது 6 மாதம் வரை இருக்கலாம். ஒரு வகுப்புக்கு 15

குழந்தைகள் மட்டுமே இருக்க வேண்டும். குழந்தைகள் அனுமதிக்கான நுழைவுத்தேர்வு எழுத்து வடிவிலோ, வாய்வழியாகவோ இருக்கக்கூடாது

சரியான நேர பராமரிப்பு:

பள்ளி நடக்கும் ஒவ்வொரு பகுதி நேரமும் 3 மணி நேரத்துக்கு மேல் இருக்கக்கூடாது. ஒரு பகுதி நேரத்தில் படிக்கும் குழந்தைகள் அடுத்த பகுதி நேரத்தில் சேர்க்கக்கூடாது. காலை 9.30 மணிக்கு முன்பாக பள்ளிகளை திறக்கக்கூடாது. மாலை 4.30 மணியுடன் நிறைவு செய்துவிட வேண்டும்.

பாதுகாப்பு கருவிகள் அவசியம்:

பெற்றோரின் ஒப்புதலின்படி, பள்ளியில் குழந்தைகளுக்கு உணவு, சிற்றுண்டி வழங்கப்பட வேண்டும். முதல்தலி பெட்டி உள்ளிட்ட மருத்துவ வசதிகள் செய்யப்பட்டிருக்க வேண்டும். குழந்தைகள் தண்டிக்கப்பட்டால், அந்த பள்ளி மீது குற்றவியல் நடவடிக்கை எடுக்கப்படும். பள்ளி பஸ், வேன் மற்றும் ஆட்டோக்களில் வேக கட்டுப்பாட்டு கருவி, பாதுகாப்பு ஏற்பாடுகள் செய்யப்பட்டு இருக்க வேண்டும். வாகனங்களின் பராமரிப்புகளை அடிக்கடி பள்ளி நிர்வாகம் கண்காணிக்க வேண்டும். டிரைவருடன் ஒரு உதவியாளர் கண்டிப்பாக இருக்க வேண்டும்” என்று தெரிவிக்கப்பட்டுள்ளது.



வேடிக்கையாய் ஆரம்பித்து வேதனையில் முடியும், விழா கொண்டாட்டங்கள்

விழாக்கள், முக்கியமாக குழந்தைகள் பங்கேற்கும் விளையாட்டுகள் நிறைந்த விழாக்களின் போது பெற்றோர் அதிக கவனத்துடன் இருக்க வேண்டும்.

சமூக ஊடகங்களில் கடந்த சில நாட்களாக, ஒரு வீடியோ வைரலாகி வருகிறது. சிறுவன் ஒருவனின் பிறந்த நாள் விழாவின்போது, நுரையைக் கொண்ட திரவத்தை (ஃபோம்) அதிகப்படியாகத் தெளித்து விளையாடுகின்றனர். அது மெழுகுவர்த்தியில் மீது பட்டு, முகத்தில் தீப்பிடிக்கிறது. விழாவுக்கு வந்த சிறுவர்கள் அதைப் பார்த்து அழுதுகொண்டே அலறுகின்றனர். வீடியோவின் உண்மைத் தன்மையைப் பற்றி முழுமையாகத் தெரியாத நிலையிலும், அதைப் பார்க்கும்போது பயம் எழுகிறது.

விழாக்களின் போது கேளிக்கை, விளையாட்டுகள் இருக்கலாம். ஆனால், பெற்றோர்கள்தான் கவனமாக இருக்க வேண்டும் என்கின்றனர் நிபுணர்கள், “விழாக்களில் பயன்படுத்தும் பார்ட்டி ஃபோம்கள் கண்களுக்குக் கெடுதலானவை. அவை கண் எரிச்சலுக்குக் காரணமாக அமையும். அதைப் பயன்படுத்தும்போது, பெற்றோர்களே கவனமாக இருக்க வேண்டும்” பார்ட்டி ஃபோம்கள் எளிதில் தீப்பற்றக்கூடியவை. பெரும்பாலான பாட்டில்கள் எச்சரிக்கை வாசகங்களைத் தாங்கி வந்தாலும், மக்கள் அவற்றைப் பொருட்படுத்துவதில்லை. கூடர்களின் மீது அவற்றைப் பயன்படுத்த கூடாது என்று கூறப்பட்டிருந்தாலும், மக்கள் அவற்றை எரியும்

மெழுகுவர்த்தியின் மீதே தெளிக்கின்றனர். சிறிய உருளை வடிவ கொள்கலனில் அடைக்கப்பட்டிருக்கும் ஃபோம் மற்றும் காகிதத்துண்டுகள் சுமார் 80 ரூபாயில் இருந்து 150 ரூபாய்க்கு விற்கப்படுகின்றன.

பலூனிலும் அவட்சியம் கூடாது

ஃபோம்கள் மட்டும் அல்லாது, பலூன்களும் ஆபத்தானவைதான். அதன் பயங்கரம் குறித்து, “சமீபத்தில் ஒரு மருத்துவமனையில் ஆபத்தான நிலையில் இரு சிறுவர்களைக்கொண்டு வந்து சேர்த்தனர். என்ன ஆனது என்று விசாரித்ததில் மற்றவர்கள் பலூன் ஊதுவதைப் பார்த்து, இவனும் பலூன் ஊது முயற்சித்திருக்கிறான். ஆனால், எதிர்பாராத விதமாக பலூனை உறிஞ்சியதால், உயிருக்கே ஆபத்தாகி இருக்கிறது.

நீலம் பாயந்த நிலையில் சிறுவனைக் கொண்டு வந்து மருத்துவமனையில் சேர்த்திருக்கின்றனர். உடனடியாக அவனுக்கு முதலுதவி செய்து உயிரைக் காத்திருக்கின்றனர் மருத்துவர்கள்.

அலங்காரப் பொருட்களும் ஆபத்தானவைதான். ஜொலிப்பாகவும், வண்ணமயமாகவும் இருக்கும் பொருட்களைக் குழந்தைகள் எடுத்து வாயில் போட்டுக் கொள்ளவும் சாத்தியமுண்டு. அதனால் பெற்றோர்கள்தான் பிள்ளைகள் மேல் கவனமாக இருக்க வேண்டும்”



உயிரைக் கொல்லும் வலி நிவாரணிகள்!

7ஆயிரம் கோடி... இந்தியாவில் ஓர் ஆண்டுக்கு விற்பனையாகும் வலி நிவாரண மருந்துகளின் சராசரி சந்தை மதிப்பு இது. தலைவலி, உடல் வலி, முதுகுவலி என வலிகளால் அவதிப்படுகிற பலரும் வலி நிவாரணிகளையே தேடி ஓடுகிறோம். உடனடியாக வலி குறைந்தால் போதும் என்று நிம்மதி அடைகிறோம். ஆனால், 'வலி நிவாரணிகளால் பிரச்சனை தீர்ந்ததாக நினைக்காதீர்கள். ஆபத்து புதிதாகத் தொடங்குகிறது' என்றே எச்சரிக்கிறார்கள் மருத்துவர்கள்.

“ஆமாம்... நாம் தெரிந்தோ தெரியாமலோ செய்து கொண்டிருக்கும் பெரிய தவறுகளில் ஒன்று வலி நிவாரணிகள் எடுத்துக் கொண்டிருப்பது”

“வலியைக் கொல்லும் மருந்துகள் என்ற அர்த்தத்திலேயே Pain killer என்கிறோம். இதில் இரண்டு வகைகள் இருக்கின்றன. Opioid analgesics என்கிற வலி நிவாரணிகளை மருத்துவரே பரிந்துரைப்பார். பெரிய மருந்துக்கடைகளில், மருந்துச்சீட்டு இருந்தால் மட்டுமே வாங்க முடியும் என்பதால், இதனால் பெரும்பாலும் பிரச்சனைகள் ஏற்படுவது இல்லை. ஆனால், மருந்துக்கடைகளில் மக்கள் நேரடியாக வாங்கும் வலி நிவாரணிகளான Non Steroidal Anti Inflammatory Drugs (NSAID) வகைதான் பிரச்சனைகளை உருவாக்குகின்றன.

விபத்துகளில் காயம் படுகிற நேரங்களிலும், அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு வலி தெரியாமல் இருப்பதற்காகவும், வலி தாங்க முடியாமல் அவஸ்தைப்படுகிற புற்று நோயாளிகளுக்காகவும் வலி நிவாரணிகள் பயன்படுகின்றன. அதை முறையாக, அளவாகப் பயன்படுத்த வேண்டும். அதுவும் குறைவான நாட்களுக்கு மட்டுமே மருத்துவர்கள் பயன்படுத்தச் சொல்வார்கள்.

வலி நிவாரணிகள் உடனடியாக சிறுநீரகங்களைப் பாதிக்கும் அபாயம் கொண்டவை. அதனால், சிறுநீரக நோய் உள்ளவர்களுக்கோ, சிறுநீரக நோயின் ஆரம்ப கட்டத்தில் இருப்பவர்களுக்கோ மருத்துவர்கள் பரிந்துரைக்க மாட்டார்கள். தொடர்ச்சியாக வலி நிவாரணிகள் எடுத்துக் கொண்டால் கல்லீரல் பாதிக்கப்படும் அபாயமும் உண்டு என்பதால் குறைவான நாட்களுக்கே வலி நிவாரணிகளை எடுத்துக் கொள்ள அறிவுறுத்துவார்கள்.

இது போன்ற காரணங்களால்தான் மருத்துவர்கள் எல்லோருக்கும் வலி நிவாரணிகளைப் பரிந்துரைத்து



விடுவதில்லை. அப்படி வலி நிவாரணிகளைப் பரிந்துரைத்தாலும் நிறைய தண்ணீர் அருந்த வேண்டும் என்பது உள்பட பல வழிமுறைகளையும் பின்பற்றச் சொல்வார்கள்” “மருந்துக்கடைகளில் சென்று கை, கால், உடல் வலி, வயிற்று வலி என்று நாம் கேட்டால் வலி நிவாரணிகளைத்தான் தருவார்கள். ஸ்டிராய்டு மருந்துகளைக் கொடுப்பதற்கான வாய்ப்புகளும் உண்டு. ஸ்டிராய்டு மருந்துகளும் மருத்துவரின் பரிந்துரை இல்லாமல் பயன்படுத்தக் கூடாத ஆபத்து கொண்டவையே. இங்குதான் பிரச்சனை தொடங்குகிறது.

வலி நிவாரணிகளைப் பயன்படுத்துவதில் ஆண்களைவிட பெண்களே முன்னிலையில் இருக்கிறார்கள் என்பதும் ஒரு கவலைக்குரிய செய்தி. ஒற்றைத் தலைவலி, மாதவிலக்கு, மூட்டுவலி, கை, கால் குடைச்சல் போன்ற பிரச்சனைகளுக்குப் பெண்களே அதிகம் வலி நிவாரணிகளைத் தேடுகிறார்கள். மருத்துவரிடம் சென்றால் செலவாகும், பரிசோதனைகள் செய்யச் சொல்வார்கள் போன்ற பொருளாதாரம் சார்ந்த விஷயங்களையும் யோசித்துக் கொண்டு தினமும் வலி நிவாரணிகளை எடுத்துக் கொள்கிறவர்கள் உண்டு.

வலி நிவாரணிகள் தற்காலிகத் தீர்வைக் கொடுத்தாலும், நாளடைவில் அறுவை சிகிச்சை செய்ய வேண்டிய நிலையிலோ, வேறு ஏதேனும் பெரிய அபாயத்திலோ கொண்டு சென்றுவிடலாம். அதனால், ஆண், பெண் யாராக இருப்பினும் நாள்பட்ட வலி இருந்தால் மருத்துவரிடம் ஆலோசனை பெற்றுக் கொள்வது நல்லது. இப்போது அரசு மருத்துவமனைகளிலேயே பல துறைகள் வந்துவிட்டன. சிறப்பு மருத்துவர்கள் இருக்கிறார்கள் என்பதால் ஆலோசனை பெற்றுக் கொள்வது எளிதானதுதான்.”

வலி நிவாரணிகளால் என்னென்ன பாதிப்புகள் ஏற்படும்?

“குடலைப்பாதுகாக்கும் லேயரை” அரித்து அல்சரை வலி நிவாரணிகள் உண்டாக்கும். வயிறு எரிச்சல், வயிறு புண்ணாவது போன்ற பிரச்சனைகளும் ஏற்படும். அதற்குப் பிறகு நெஞ்செரிச்சல், வாந்தி என்று சாதாரணமாக ஆரம்பிக்கிற அறிகுறிகள் நாளடைவில் இரைப்பை அழற்சி, பக்கவாதம், மாரடைப்பு, கல்லீரல், சிறுநீரக செயலிழப்பு என்று பெரிய விளைவுகளை ஏற்படுத்தி விடலாம். என்ன வகையான வலி நிவாரணிகளைப் பயன்படுத்துகிறார்கள், எப்படி பயன்படுத்துகிறார்கள் என்பதைப் பொறுத்து விளைவுகளும் மாறும். இந்த வலிநிவாரணிகளில் பாதுகாப்பானவை என்று எதுவும் இல்லை.

இதில் இன்னொரு முக்கியமான விஷயம், தவிர்க்க முடியாத நிலையில் மருத்துவர் வலி நிவாரணிகளைப் பரிந்துரைத்தால்கூட தேவையான விளக்கத்தை கேட்டுக் கொள்ள வேண்டும். சந்தேகம் கேட்கத் தயங்க வேண்டியதில்லை. நம் ஆரோக்கியத்தை நாம்தான் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும் என்பதால் விளக்கம் கேட்கிற உரிமை நோயாளிகளுக்கு உண்டு. ‘நான் கொடுக்கிறதை சாப்பிடுங்க, கேள்வி கேட்காதீங்க’ என்று கறாராக மருத்து வர்களும் சொல்லக் கூடாது. நோயாளியின் உடல்நிலையைப் பல விதங்களிலும் கவனமாகப் பரிசீலித்தே மருத்துவர்களும் வலி நிவாரணிகளைப் பரிந்துரைக்க வேண்டும்.

இந்தப் பிரச்சனையில் மருந்துக்கடைக்காரர்களுக்கு முக்கியப் பொறுப்பு இருக்கிறது. வலி நிவாரணிகளை நேரடியாக வாங்கக் கூடாது என மக்களுக்கு அறிவுறுத்த வேண்டும். வலி நிவாரணிகளை ‘ஓவர் தி கவுன்டர்’ முறையில் கொடுப்பதையும் தவிர்க்க வேண்டும்” ‘எது வசதியானதோ அதைச் செய்யாதீர்கள். எது சரியானதோ அதையே செய்யுங்கள்’ என்பது கன்பூஷியஸின் பிரபல வாசகங்களில் ஒன்று. தற்காலிகமாகத் தீர்வு கிடைத்தால் போதும் என்று நமக்கு வசதியான வலி நிவாரணிகளைத் தேடுவதைத் தவிர்த்து, இனியேனும் சரியானதைச் செய்வோம்!

மருந்துக்கடைக்காரர்கள் மருத்துவர்கள் அல்ல !

மருத்துவர்கள் எல்லோருக்கும் வலிநிவாரணிகளைப் பரிந்துரைப்பதில்லை. நோயாளிக்கு உடல்ரீதியாக ரத்த அழுத்தம், நீரிழிவு, சிறுநீரகக் கோளாறு போன்ற பிரச்சனைகள் இருக்கிறதா என்று பார்த்துத்தான் கொடுப்பார்கள். நோயின் முந்தைய நிலை என்னவென்று ஹிஸ்டரிமையும் கவனமாகப் பார்ப்பார்கள். மருந்துக்கடைகளில் இவற்றையெல்லாம் சரிபார்த்துக் கொடுக்க முடியுமா என்ன? மருந்துக்கடைகளில்

இருப்பவர்களுக்கு மருந்துகளைப் பற்றித் தெரியாதா என்றும் பலரும் நினைக்கிறார்கள். இது தவறான எண்ணம். மருந்துகளின் தன்மை, அதன் பக்கவிளைவுகள், மருந்துகளைப் பயன்படுத்தும் விதம் பற்றி மருத்துவர்களுக்கு மட்டுமே முழுமையாகத் தெரியும்.

சமீபத்தில், பாரசிட்டமால் மற்றும் ஆஸ்பிரின் போன்ற மாத்திரைகளை சுய மருத்துவமாக எடுத்துக் கொள்ள வேண்டாம் என்று Indian Medical Association மக்களுக்கு அறிவுறுத்தியுள்ளது. மும்பையை சேர்ந்த மருத்துவரான கே.கே.அகர்வால், “ஆஸ்பிரின் மாத்திரைகளால் குழந்தைகளுக்குக் குடல் பகுதிகள் பாதிப்பதோடு மூளை மற்றும் நுரையீரல் பகுதியை சுருங்க வைக்கும் Reye's syndrome என்ற அபாயகரமான நோயையும் ஏற்படுத்துகிறது” என்று கூறியிருக்கிறார். பொதுமக்கள் பரவலாகப் பயன்படுத்தி வரும் பாரசிட்டமால் கல்லீரலைப் பாதிக்கும் தன்மை கொண்டது. குறிப்பாக, மது அருந்திவிட்டு பாரசிட்டமால் எடுத்துக் கொண்டால் உயிருக்கே ஆபத்தாகலாம் என்று கூறியிருப்பதையும் கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும்.

நம்மை நாமே ஏமாற்றிக் கொள்ள வேண்டாமே...

உடலில் ஏதோ பிரச்சனை இருப்பதால்தான், அது வலியின் மூலம் அறிகுறியாக தன் குறைபாட்டை நம்மிடம் கூறுகிறது. ஆனால், அடிப்படையான பிரச்சனையை சரி செய்ய வேண்டும் என்பதை உணராமல் மேலோட்டமாக வலியை மட்டுமே தீர்த்தால் போதும் என்று வலி நிவாரணிகள் எடுத்துக் கொள்வது புத்திசாலித்தனமானது அல்ல.

காரணம், வலி நிவாரணிகள் நம் மூளைக்குத் தெரியாமல் வலியை மறைக்கிறதே தவிர, அடிப்படையான பிரச்சனையை சரி செய்வதில்லை. இது ஒருவகையில் நம்மை நாமே ஏமாற்றிக் கொள்கிற செயல். ரத்தத்தில் யூரிக் அமிலம் அதிகமாவது, ஆர்தரைட்டிஸ், எலும்பு தேய்மானம், முதுகுத்தண்டுவடத்தில் டிஸ்க்குகள் விலகி இருப்பது என்று வலிகள் ஏற்பட மருத்துவரீதியாகப் பல காரணங்கள் உண்டு.

ரத்தப்பரிசோதனை, ஸ்கேன் போன்ற பரிசோதனைகள் செய்து பிரச்சனை என்ன என்பதைக் கண்டுபிடித்துவிடலாம். அதனால், தொடர்ந்து வலிகளால் அவதிப்படுகிறவர்கள் மருத்துவரிடம் ஆலோசனை பெற வேண்டும். மாதவிலக்கு நேரத்தில் அதிக வலி இருக்கும் பட்சத்தில் மகப்பேறு மருத்துவரை அணுகி பெண்கள் ஆலோசனை பெற்றுக் கொள்வதே சரியானது!

புரதச்சத்து நிறைந்த 5 உணவுகள்!

தசைகள் கட்டமைப்புக்கு, பராமரிப்புக்கு புரதம் அவசியம். உடலில் புரதச்சத்து போதுமான அளவுக்கு இருந்தால் மட்டுமே உடல் உறுதியாகும். இந்தியர்கள் உணவில் பொதுவாக புரதச்சத்து குறைவாக இருக்கும், இதனால் இந்தியர்களுக்கு தசைகள் உறுதியாக இருப்பது இல்லை. புரதச்சத்தை நாம் உணவின் மூலமாகவே பெற முடியும். புரதச்சத்து தேவை நபருக்கு நபர் வேறுபடும். உடலின் எடையில், ஒரு கிலோவுக்கு 0.8 கிராம் புரதம் தேவை. 50 கிலோ எடை கொண்டவர் என்றால், 40 கிராம் தேவை. தினமும் ஏதாவதொரு வகையில் புரதச்சத்து நிறைந்த உணவு பொருட்களை சாப்பிட்டு வந்தால் உடல் உறுதியாகும். புரதச்சத்து நிறைந்த ஐந்து உணவுகள் இங்கே...

1. முட்டை: முட்டையில் புரதச்சத்து நிறைந்து காணப்படுகிறது, நன்றாக உடற்பயிற்சி செய்பவர்கள், தினமும் அதிகமாக உடல் உழைப்பு செய்யவர்கள் தினமும் ஒரு முட்டை சாப்பிடலாம். மற்றவர்கள் வாரம் மூன்று முட்டை சாப்பிடலாம். 100 கிராமில் 13 கிராம் புரதம் இருக்கிறது.

2. அசைவ உணவுகள்: சிக்கன் போன்ற அசைவ உணவுகளில் புரதச்சத்து அதிகமாக இருக்கிறது. சிக்கனை எண்ணெயில் பொறித்து சாப்பிடக்கூடாது. ஹார்மோன் ஊசிகள் ஏற்றப்படாத நல்ல நாட்டுக்கோழியை வாரம் 300 - 500 கிராம் அளவுக்கு

நீராவியில் வேகவைத்து, மசாலா தடவாமல் சாப்பிடலாம். சிக்கன் சாலட் செய்தும் சாப்பிடலாம். 100 கிராம் கோழி இறைச்சியில் 27 கிராம் புரதம் உள்ளது.

3. பருப்பு வகைகள்: துவரம் பருப்பு, பாசி பருப்பு என பருப்பு வகைகள் அனைத்திலும் புரதச்சத்து நிறைந்திருக்கிறது. முளைக்கட்டிய பயிர்களில் புரதச்சத்து அதிகளவு உள்ளது. எனவே அசைவ உணவுகளை தவிர்ப்பவர்கள் தினமும் சிறிதளவு முளைக்கட்டிய பயிர்களை சமைத்து சாப்பிடலாம். பச்சைப் பயிரில் மட்டும் 24 கிராம் அளவுக்குப் புரதம் உள்ளது.

4. யோகர்ட், சீஸ்: யோகர்ட் எனப்படும் தயிர், சீஸ் போன்றவற்றில் புரதச்சத்து நிறைந்துள்ளது. எனினும் இதில் கொழுப்பு சத்தும் நிறைந்து காணப்படுவதால், இதனை அவ்வகாவே உண்ண வேண்டும். பால் பொருட்களில் 10 கிராம் அளவுக்கு புரதம் உள்ளது.

5. சோயா பீன்ஸ்: புரதச்சத்து குறைபாடு கொண்டவர்களுக்கு சோயா நல்ல மருந்து. சோயாவை அவ்வப்போது சீரான இடைவெளி விட்டு சமையலில் சேர்த்து சாப்பிட்டு வரலாம். சோயா பால், சோயா சீஸ் போன்றவற்றிலும் புரதச்சத்து நிறைந்துள்ளது. 100 கிராம் சோயாவில் 28.6 கிராம் புரதம் உள்ளது.

கிரிஸ்டு ஃபுட் சாப்பிடுவதால் வரும் பாதிப்புகள்

தீயில் நேரடியாகச் சுட்டும், தந்தாரி அடுப்புகளில், தணலில் காட்டப்படும் தயாரிக்கப்படும் இந்த இறைச்சிகள், எண்ணெய் பளபளப்பும், லுமிச்சை, வெங்காயம், வெள்ளிக்காயால் அலங்கரிக்கப்பட்டு கொண்டுவரப்படும்போதே நாவில் எச்சில் ஊறு.

தந்தாரி ரொட்டி, சிக்கன் மட்டும் அல்ல. இப்போது, பல்வேறு கிரிஸ்டு உணவுகள் எல்லா நகரங்களிலும் கிடைக்கின்றன. எண்ணெயில் பொரிக்காமல், நெருப்பில் வாட்டிச் சாப்பிடுவது நல்லது என்ற கருத்தும் பரவலாக உள்ளது. உண்மையில், இது சரியா? இறைச்சியில் மசாலா தடவி, ஒருநாள் முழுவதும் அல்லது குறைந்தது ஆறு மணி நேரமாவது ஊறவைக்கின்றனர். இதனுடன், சாஸ், பதப்படுத்திகள், சுவையூட்டிகள் போன்ற அனைத்தையும் கலந்து, கிரிஸ்டு பாக்ஸ் அல்லது தந்தாரி அடுப்பில் வேகவைக்கின்றனர். தீயில் 20 நிமிடங்களாவது சுட்டு எடுக்கின்றனர்.

இறைச்சியை மட்டும் தீயில் சுட்டால், மோசமான விளைவுகள் அதிகம் இருக்காது. இறைச்சியுடன் எண்ணெய், மசாலா பொருட்கள், சுவை மற்றும் நிறத்துக்காகச் சேர்க்கப்படும் ரசாயனங்கள் நெருப்பில் வாட்டப்படும்போது, பாதிப்பை

ஏற்படுத்துகின்றன. முறையாகப் பதப்படுத்தப்படாத இறைச்சிகளால் பாதிப்புகள் ஏற்படுகின்றன. அசைவ ஹோட்டல்களில் முழுக் கோழிகள் கம்பியில் குத்தப்பட்டு கிரிஸ்டு பாக்ஸில் சுழன்றுகொண்டே இருக்கின்றன. தவிர, மசாலாக்கள் தடவப்பட்ட நிலையில் இன்னும் நிறையக் கோழிகள், உள்ளே ஃப்ரீஸரில் வைக்கப்பட்டிருக்கின்றன. இவை அனைத்தும் ஒரே நாளில் தீர்ந்துவிடுவது இல்லை.

எப்போது வெட்டப்பட்டது எனத் தெரியாத இறைச்சியைத்தான், நாம் வாங்கிச் சாப்பிடுகிறோம். இத்தகைய உணவுகள் முழுக்க முழுக்க சுவைக்காக உடலுக்குக் கேடு விளைவிக்கும் செயற்கை உப்பு மற்றும் நிறங்கள், சுவையூட்டிகள் சேர்க்கப்படுகின்றன. இதைச் சாப்பிடுவதால், முதலில் அல்சர் வரும். ரசாயனங்கள் கலக்கப்பட்டு பழைய இறைச்சியை சாப்பிடும்போது வயிறு தொடர்பான புற்றுநோயாக மாறுவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகரிக்கின்றன. எப்போதேனும் ஓரிரு முறை சாப்பிட்டால், பிரச்சனை இல்லை. தொடர்ந்து ஆண்டுக்கணக்காக சாப்பிடும் பழக்கம் இருந்தால், அவர்களுக்குப் புற்றுநோய் வரலாம். இதயம், இதயக் குழாய்களில் அடைப்பு ஏற்படலாம்.

ஸ்கூட்டர் பேட்டரியில் குறைபாடு: வாடிக்கையாளருக்கு ரூ.22,000 இழப்பீடு வழங்க நுகர்வோர் நீதிமன்றம் உத்தரவு

ஸ்கூட்டர் பேட்டரியில் உள்ள குறைபாட்டை நிவர்த்தி செய்யாததால் வாடிக்கையாளருக்கு ரூ.22,200 வழங்க வேண்டும் என நிறுவனத்துக்கு சென்னை மாவட்ட (தெற்கு) நுகர்வோர் குறைதீர் மன்றம் உத்தரவிட்டது.

இதுதொடர்பாக சென்னையைச் சேர்ந்த ஷியாம் சுந்தர் தாக்கல் செய்த மனுவில் கூறியிருந்ததாவது:

சென்னையில் உள்ள தனியார் நிறுவனத்தில் ரூ.26,000 செலுத்தி வாங்கிய, ஸ்கூட்டரில் சில மாதங்களில் பேட்டரிகள் முழுவதுமாக பழுதடைந்தன.

வாகனத் தயாரிப்பாளர் குறிப்பிட்டுள்ள வழிமுறைகளை பின்பற்றி, பேட்டரிகளை பயன்படுத்தியும் போதிய “மைலேஜ்” கிடைக்கவில்லை. பேட்டரியை மாற்றித் தருமாறு கோரியும் மாற்றித்தரவில்லை. நிறுவனத்தின் சேவையில் குறைபாடு, மன உளைச்சல் ஆகியவற்றுக்கு உரிய இழப்பீட்டை வழங்க வேண்டும் என கோரியிருந்தார். இந்த மனுவை



விசாரித்த குறைதீர் மன்றத் தலைவர் பி.ராமலிங்கம், உறுப்பினர்கள் கே.அமலா, டி.பால் ராஜசேகரன் ஆகியோர் பிறப்பித்த உத்தரவில், பேட்டரிக்கு ரூ.7,200, இழப்பீடாக ரூ.10,000, வழக்குச் செலவாக ரூ.5,000 என மொத்தம் ரூ.22,200-த்தை வாடிக்கையாளருக்கு நிறுவனம் வழங்க வேண்டும் என குறிப்பிட்டனர்.

பள்ளி பஸ் ஓட்டையில் விழுந்து பலியான மாணவியின் பெற்றோருக்கு ரூ.10 லட்சம் இழப்பீடு: மாநில நுகர்வோர் குறைதீர் ஆணையம் உத்தரவு

கடந்த 2012-ம் ஆண்டு தாம்பரம் அருகே பள்ளி பஸ்ஸில் இருந்த ஓட்டை வழியாக கீழே விழுந்த மாணவி சுருதியின் பெற்றோருக்கு பள்ளி நிர்வாகம் ரூ.10 லட்சம் இழப்பீடு வழங்க மாநில நுகர்வோர் குறைதீர் ஆணையம் உத்தரவிட்டுள்ளது.

தாம்பரம் அருகே முடிச்சுரை சேர்ந்த சேதுமாதவன் மாநில நுகர்வோர் குறைதீர் ஆணையத் தில் ஒரு வழக்கு தொடர்ந்தார். அதில், “என்னுடைய மகள் சுருதி(7) சேலையூரில் உள்ள சியோன் மெட்ரிக் பள்ளியில் 2-ம் வகுப்பு படித்து வந்தார். பள்ளிக்கு சொந்தமான பஸ்ஸில் தினமும் பள்ளிக்கூடம் சென்று வந்தார். கடந்த 2012-ம் ஆண்டு ஜூலை 25-ம் தேதி பள்ளி பஸ்ஸில் எனது மகள் வீடு திரும்பியபோது, பஸ்ஸுக்குள் இருந்த மிகப்பெரிய ஓட்டை வழியாக நடுரோட்டில் விழுந்து பஸ்ஸின் பின்பக்க சக்கரம் ஏறி பரிதாபமாக இறந்தார்.

என் மகளை வீட்டிற்கு அழைத்து செல்ல பஸ் நிலையத்தில் காத்திருந்த என் மனைவி, இந்த சம்பவத்தை நேரில்

கண்டு அதிர்ச்சியடைந்தார். இதனால் எனது மனைவி மனதளவில் கடுமையாக பாதிக்கப்பட்டுள்ளார். பஸ்ஸை முறையாக பராமரிக்காத பள்ளி நிர்வாகத்தின் அலட்சியம் மற்றும் கவனக்குறைவால்தான் எனது மகளை பறிகொடுத்து நிற்கிறேன். எனவே எனக்கு ரூ.25 லட்சம் இழப்பீடு வழங்க உத்தரவிடவேண்டும்” என கோரியிருந்தார்.

மனுதாரர் சார்பில் வழக்கறிஞர் வாசுகி ரமணன் ஆஜராகி, இதுபோன்ற துயரம் இனிமேலும் நடக்கக் கூடாது. ஆகவே சம்பந்தப்பட்ட பள்ளி நிர்வாகம் பெற்றோருக்கு ரூ. 25 லட்சம் இழப்பீடாக வழங்க உத்தரவிட வேண்டும். பள்ளிக்கு ரூ.10 ஆயிரம் அபராதம் விதிக்க வேண்டும் என வாதிட்டார்.

மாநில நுகர்வோர் குறைதீர் ஆணையத்தின் நீதித்துறை தலைமை உறுப்பினர் ஜெ.ஜெயராம் மற்றும் உறுப்பினர் பி.பாக்கியவதி ஆகியோர் இந்த வழக்கை விசாரித்து, “இந்த துயரத்துக்கு காரணமான பள்ளி நிர்வாகம், மாணவி சுருதியின் தந்தைக்கு ரூ.10 லட்சத்தை இழப்பீடாக வழங்க வேண்டும்” என உத்தரவிடப்பட்டது.

காட்பரிஸ் சாக்லேட்டில் இரும்பு ஆணி: ரூ.30,000 நஷ்ட ஈடு

பிரிட்டனில் கடந்த 1905ம் ஆண்டு ஆரம்பிக்கப்பட்ட காட்பரிஸ்(ஊயனடிரசல்) விற்பனை பொருட்கள் அனைத்தும் பாலிலேயே செய்யப்படுவதால் இந்நிறுவனத்தின் அனைத்து தயாரிப்புகளும் உலக பிரசித்தி பெற்றவை ஆகும். கடந்த 2011ம் ஆண்டு டிசம்பர் மாதம் 16ம் திகதி திரிபுரா மாநிலத்தில் அகர்தலாவைச் சேர்ந்த ஒருவர் தன்னுடைய மூன்று வயதுக் குழந்தைக்கு காட்பரிஸ் சாக்லேட் வாங்கிக் கொடுத்துள்ளார். அதனை அந்த குழந்தை சாப்பிட்டு கொண்டிருந்தபொழுது, அதில் ஒரு இரும்பு ஆணி இருந்ததை கண்டு திடுக்கிட்டார். உடனேயே நுகர்வோர் நீதிமன்றத்தில் ஒரு வழக்கையும் பதிவு செய்துள்ளார். இந்த வழக்கை விசாரித்து வந்த திரிபுரா நுகர்வோர் நீதிமன்றம், காட்பரிஸ் நிறுவனம் ஆணி இருந்ததாக கூறும் நபருக்கு ரூ.30,000 நஷ்ட ஈடாக வழங்கவேண்டும்



என்று உத்தரவிட்டுள்ளது. அது மட்டுமின்றி இந்த வழக்கிற்கு ஆகும் செலவுத் தொகையான ரூபாய் ஆயிரத்தையும் காட்பரிஸ் நிறுவனமே ஏற்றுக் கொள்ளவேண்டும் என்றும் உத்தரவிட்டது.

சேவை குறைபாடுடன் செயல்பட்ட கூரியர் நிறுவனத்துக்கு அபராதம்

நுகர்வோரிடம் சேவை குறைபாடுடன் செயல்பட்ட கூரியர் நிறுவனத்துக்கு, நாமக்கல் மாவட்ட நுகர்வோர் குறைதீர் மன்றம் ரூ.16,040 அபராதம் விதித்து உத்தரவிட்டது. நாமக்கல் அருகே கொண்டிச்செட்டிப்பட்டியைச் சேர்ந்த லோகசந்தர் என்பவர், கடந்த 2013-ஆம் ஆண்டு ஒரு கிலோ எடையுள்ள சேலையை எம்பராய்டரி செய்வதற்காக, தனியார் கூரியர் மூலமாக ஈரோட்டில் உள்ள நிறுவனத்துக்கு பார்சல் அனுப்பினார். ஆனால், அவர் அனுப்பிய சேலை, சம்பந்தப்பட்ட நிறுவனத்துக்குப் போய் சேரவில்லை என கூறப்படுகிறது. இதனால் அதிர்ச்சியடைந்த லோகசந்தர் ரூ.8,000 மதிப்புள்ள சேலையை, சம்பந்தப்பட்ட நிறுவனத்தினரே அபகரித்து விட்டதாக தமிழ்நாடு பயனீட்டாளர் சங்கத்திடம் முறையிட்டார். மன உளைச்சலுக்கு ஆளான லோகசந்தர் சார்பில், நாமக்கல் மாவட்ட நுகர்வோர் குறைதீர் மன்றத்தில் நிவாரணம் கேட்டு தமிழ்நாடு பயனீட்டாளர் சங்கத் தலைவர் சுப்பராயன் வழக்குத் தொடர்ந்தார். மனுவை விசாரித்த குறைதீர் மன்றத் தலைவர் கிருஷ்ணராஜ், உறுப்பினர்கள் பாலசுப்ரமணியம், மலர்கொடி ஆகியோர் சேவை



குறைபாடு ஏற்பட்டுள்ளதை உறுதி செய்து தீர்ப்பை வழங்கினர். அதன்படி சேலை மதிப்பாக ரூ.8,000, மன உளைச்சல் ஏற்படுத்தியதற்காக ரூ.3,000, கூரியர் செலவாக ரூ.40, குறைதீர் மன்ற வழக்குச் செலவுக்காக ரூ.5,000 என மொத்தம் ரூ.16,040 அபராதம் விதித்து உத்தரவிட்டனர்.

வாசகர் கடிதங்கள்

பரீட்சை எழுதும் மாணவ மாணவியர்களுக்காக தேர்வு முறையைப் பற்றி அருமையாக விளக்கியுள்ளீர்கள். ஆன்லைனில் மருந்து வாங்குவதால் ஏற்படும் குறைகளை சிறப்பாக எடுத்துரைத்துள்ளீர்கள். ரயில் நிலையங்களில் அசுத்தம் செய்தால் 5 ஆயிரம் அபராதம் மிக அதிகம் அதற்கு பதில் அனைத்து ரயில் நிலையங்களில் முறையான அறிவிப்பு பலகைகளும் குப்பைகள் போட சரியான வழிவகைகளையும் செய்ய வேண்டும். அதுவிடுத்து பயணிகளிடம் அபராதம் விதிப்பது குறித்து மறுபரிசீலனை செய்ய வேண்டும். முதலில் தேவையான வசதிகளை பயணிகளுக்கு ரயில்வே துறை செய்ய வேண்டும். மேலும் சொத்து உரிமை பரிமாற்றம் பற்றியும் தெரிந்து கொண்டோம். வேப்ப மரத்தின் மருத்துவ குணங்கள் பற்றி இவ்வளவு விரிவாக யாரும் விவரித்து கிடையாது. டென்ஷன் பிரச்சினைகளுக்கு தீர்வு கூறியது அருமை. கோதுமையின் சிறப்பைப் பற்றியும் அதன் பயனுள்ள மருத்துவ குணங்கள் பற்றியும் விலாவாரியாக கூறியது பாராட்டப்பட வேண்டிய விஷயம். தொடர்ந்து அருமையான பல நல்ல செய்திகளுடன் நுகர்வோர் கவசம் சிறப்பாக வெளிவர வேண்டும் என்று கடவுளைப் பிரார்த்திக்கிறேன்.

கோமதிநாயகம், மதுரை

நுகர்வோர் கவசம் பிப்ரவரி மாத இதழ் பாதுகாக்கப்பட வேண்டிய பெட்டகமாகத் திகழ்கிறது.

தேர்வில் வெற்றிப் பெற மாணவர்களுக்கு டிப்ஸ் காலத்திற்கேற்ப இருந்தது. ஆன்லைன் மருத்துவ விற்பனை பற்றிய கட்டுரை மிக அருமை.

மாநில நுகர்வோர் சேவை மையத்தால் தீர்த்து வைக்கப்பட்ட புகார்கள் பற்றிய செய்திகள் அருமை. சொத்து உரிமை பற்றிய கட்டுரை விளக்கமாக இருந்தது.

கிரீன் 16 பற்றிய கட்டுரை அறிந்து கொள்ள வேண்டியதே. மரம் முழுவதும் மருத்துவம் பற்றிய கட்டுரை நன்றாக இருந்தது. டென்ஷன் பிரச்சினைக்குத் தீர்வு கட்டுரை டென்ஷன் நீங்க வழி காட்டியது.

காப்பீட்டு சேவை கேள்வி பதில் சிறப்பாக இருந்தது. பிப்ரவரி மாத இதழ் சிறப்பாக இருந்தது. பிப்ரவரி மாத இதழ் சிறப்பாக வெளிவர சிரத்தை எடுத்து கொண்ட ஆசிரியர் குழுவில் உள்ள ஒவ்வொருவருக்கும் பாராட்டுதல்களையும் நன்றிகளையும் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

ஜெயசீலன், கோயம்புத்தூர்

பிப்ரவரி மாத இதழில் +2 மற்றும் 10ம் வகுப்பு மாணவ மாணவியருக்கு தாங்கள் நுகர்வோர் கவசம் இதழில் வெளியிட்ட 2½ பக்க சிறப்பு கட்டுரை குறிப்புகள் 12 வருடம் செல்வழித்து படித்த மாணவ மாணவியருக்கு அவர்கள் தேர்வில் வெற்றிப் பெறுவதற்கும் அவர்களின் சீராய்வுப்படி நடந்துக் கொள்வதற்கும் ஒரு வழிகாட்டியாகவும் கட்டுரை குறிப்பு அமைந்து விட்டது. ஆசிரியர்களுக்கும் பெற்றோர்களுக்கும் மாணவ மாணவியருக்கும் நுகர்வோர்களுக்கும் மாதா, பிதா குருவுக்கே குருவாகவும் தாங்கள் சீராய்வுடன் நுகர்வோர் கவசத்தின் இதழில் கட்டுரை வெளியிட்ட பதிப்பாசிரியர் அவர்களுக்கும் ஆசிரியர் குழுவுக்கும் நெஞ்சார்ந்த நன்றி.

நாகப்பட்டினம் மாவட்டம் நாங்கூர் மேல்நிலைப்பள்ளியில் நடைபெற்ற தேசிய நுகர்வோர் தின விழாவை படத்துடன் செய்திகளை வெளியிட்டு இருந்தீர்கள் இது போன்ற செய்திகள் நுகர்வோர் கவசத்தின் இதழில் வெளிவந்ததற்கு பாராட்டும் நன்றியையும் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம். இது மற்ற பள்ளி கல்லூரிகளிலும் அதிக அளவில் நுகர்வோர் மன்றம் செயல்பட மாணவ மாணவியருக்கு ஒரு விழிப்புணர்வை தூண்டக்கூடிய பகுதியாகவும் அமைந்துள்ளது.

தனயாலன், வெளவ்வால் தோப்பு

அன்புள்ள நுகர்வோர் கவசம் ஆசிரியர் அவர்களுக்கு வணக்கம். நுகர்வோர் கவசத்தில் நான் விரும்பும் பகுதி நுகர்வோர் தீர்ப்புகள் ஆகும், இந்த மாதம் வந்த நுகர்வோர் கவசம் பகுதியில் வந்த அனைத்து தகவல்களும் நல்ல பயனுள்ளவையாகும். நீதி மன்ற தீர்ப்புகளும் மாநில சேவை மையம் மூலம் வழங்கிய தீர்ப்புகளும் நன்று. சொத்து உரிமை பற்றிய கட்டுரை எனக்கு மிகவும் நல்ல பயனுள்ளவையாக இருந்தன, உணவு மற்றும் மருத்துவம் பற்றிய தகவல்களும் மிகவும் அருமை. நான் நுகர்வோர் கவசத்தின் சந்தாதாரர் ஆன பின்னர் பல தகவல்களை அறிந்து கொள்ள முடிகிறது. குறைபாடுகளை புகார் செய்ய புகார் என்களை வெளியிடுமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன். நான் என்னால் முடிந்த அளவு புதிய சந்தாதாரரை இணைப்பேன், வாசகர் கடிதங்கள் மூலமாகவும் எனது அன்பையும் ஆதரவையும் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

கதிர்வேல், திருப்பூர்

வார்த்தை விளையாட்டு

| | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| ல | வ | ண் | யா | ம | பி | க | ர | பா | ச |
| க | ச | ம | ச் | சி | ளி | ந் | ன் | ர் | ஜெ |
| யா | க | வி | மு | ம | லா | நூ | சீ | வி | ல் |
| வி | ஹா | க | தி | ர் | பா | க் | வே | தா | தா |
| தா | ம | ர | ஸ் | மே | த | ஷ் | ரா | ரோ | ம |
| தா | க் | ரி | ஞ் | ட | ச | ர் | ஜா | க | நோ |
| ரா | ரி | ஸ் | ஜ | ஜா | மீ | ன் | ஸ் | சி | தா |
| லி | நெ | ரி | ச | வே | பி | ரா | த | ய் | கி |
| தா | ரி | ஜ | க | வி | ன | பொ | வ | க | ல் |
| ண் | ன | ந | ல | தி | ப் | ட | ந் | கே | ன் |

சேன்ற இதழில் பரிசு பெற்றவர்களின் விவரங்கள்

1. காதர்பாட்சா, திருப்பூர்
2. தயாலன், காட்டுமன்னார்கோவில்
3. கோமதிநாயகம், மதுரை
4. சரோஜினி, கடலூர்
5. ஜெயசீலன், கோயமுத்தூர்
6. யஸ்வந்த், கன்னமங்கலம்
7. கதிர்வேல், திருப்பூர்

1. தலைக்கவசம் உயிர்(4)
2. மார்ச் 8 இந்த தினமாக கொண்டாடப்படுகிறது(4)
3. Facebook- தமிழில்(4).....
4. இந்தியாவில் அமைந்துள்ள பாலவனம்(2).....
5. சென்னையின் முந்தைய பெயர்(4).....
6. பூகம்பத்தின் தாக்கத்தை அளவிடும் அலகு(4).....
7. இந்தியாவின் மிகப்பெரிய மாநிலம்(5).....
8. தமிழ்நாட்டில் இந்த இடத்தில் பழுப்பு நிலக்கரி அதிக அளவில் கிடைக்கிறது(4).....
9. சாலைப்பாதுகாப்பு கொண்டாடப்படும் மாதம்(4)
10. இங்கிலாந்தின் தலைநகர்(4).....

குறிப்பு: இப் போட்டியில் கலந்து கொள்வோர் விடைகளை 08-04-2016 க்குள் “தமிழ்நாடு நுகர்வோர் கவசம்” குறுக்கெழுத்துப் போட்டி, 3/242, ராஜேந்திரா கார்டன், வெட்டுவாங்கேணி, சென்னை-600115 என்ற முகவரிக்கு அனுப்ப வேண்டும். சரியான விடை அனுப்பும் நுகர்வோர்களில் குலுக்கல் முறையில் தேர்ந்தெடுக்கப்படும் 10 பேருக்கு பரிசுகள் அஞ்சலில் அனுப்பி வைக்கப்படும்.

அனுப்புபவர்: பெயர்.....

முகவரி:.....

அஞ்சல் குறியீடு.....

தொலைதொடர்பு எண்.....

தமிழ்நாடு நுகர்வோர் கவசம் சந்தாதாரர் படிவம்

| | |
|--|--|
| அனுப்புநர் | பெறுநர் ஆணையாளர், உணவு பொருள் வழங்கல் மற்றும் நுகர்வோர் பாதுகாப்புத் துறை, எழிலகம், 4வது தளம், சேப்பாக்கம், சென்னை - 600 005 |
|--|--|

அப்பா,

தமிழ்நாடு நுகர்வோர் கவசம் எனும் நுகர்வோர் விழிப்புணர்வு மாத இதழை, எனது முகவரிக்கு அனுப்பி வைக்கக்கேட்டு அதற்கான சந்தா தொகையை Tamilnadu Nugarvor Kavasam எனும் பெயரில் அனுப்பியுள்ளேன்.

சந்தாதாரர் மற்றும் சந்தா தொகை விபரம்

| | | | | |
|----|--|-----------------------------|------------------|-------------------------|
| 1. | சந்தாதாரர் பெயர் | | | |
| 2. | சந்தாதாரர் முகவரி | | | |
| 3. | தொலைபேசி / கைபேசி எண் | | | |
| 4. | மின்னஞ்சல் முகவரி | | | |
| 5. | செலுத்தப்படும் சந்தா தொகை (✓செய்யவும்) | ஓராண்டு | மூன்றாண்டு | ஐந்தாண்டு |
| | | ரூ.100/- | ரூ.300/- | ரூ.500/- |
| 6. | Tamilnadu Nugarvor Kavasam எனும் பெயரில் சந்தா தொகை செலுத்திய விவரம் | மணியார்டர் E-Money order | காசோலை Cheque | வரைவோலை Demand Draft |
| | | ரசீது எண் | Bank | Bank |
| | | அனுப்பிய நாள் | No. | No |
| | | | Date | Date |

சந்தாதாரர் கையொப்பம்

அலுவலக உபயோகத்திற்கு மட்டும்

திரு..... என்பவர் செலுத்திய சந்தா தொகை ரூ...../-
 (ரூபாய்.....மட்டும்) பெற்றுக்கொள்ளப்பட்டது. மனுதாரரின் சந்தாதாரர்
 எண்..... ஆகும். 2016..... மாதம் முதல்..... மாதம் வரை இவருக்கு தமிழ்நாடு
 நுகர்வோர் கவசம் மாத இதழ் தபாலில் அனுப்பிவைக்கப்படும். மாத இதழ் கிடைக்கவில்லை என்றால் உணவு
 பொருள் வழங்கல் மற்றும் நுகர்வோர் பாதுகாப்புத் துறை ஆணையாளர் அலுவலக நு.வி. பிரிவு கண்காணிப்பாளரை
 தொலைபேசி எண்: 044 - 28583322, 28583222, 28583422, 28583272 தொடர்பு கொண்டு புகார் அளிக்கலாம்.

இடம்: சென்னை - 600 005.

நாள்:.....

ஆணையாளருக்காக

உணவு பொருள் வழங்கல் மற்றும் நுகர்வோர்
 பாதுகாப்புத் துறை,

DATE OF PUBLICATION EVERY MONTH 18TH
REGISTERED UNDER RNI NO. TNTAM/2008/24148
R. DIS. NO.1361/2014
POSTAL CONCESSION REGISTERED UNDER TN/CH © / 415/16-18
WPP.LIC.NO.TN/PMG (CCR) /WPP -231/2016 -18
Licensed to post without prepayment



அண்மையில் உஸ்பெகிஸ்தானில் இருந்து வந்திருந்த நுகர்வோர் பாதுகாப்பு குழுவினர், உணவுப்பொருள் வழங்கல் மற்றும் நுகர்வோர் பாதுகாப்புத்துறை ஆணையர் திரு. S. கோபாலகிருஷ்ணன் இ.ஆ.ப. அவர்களை சந்தித்து உரையாடிய போது எடுத்த படம்.

வெளியிடுவோர்

உணவுப் பொருள் வழங்கல் மற்றும் நுகர்வோர் பாதுகாப்புத் துறை,
எழிலகம், சேப்பாக்கம், சென்னை - 600 005.
தொலைபேசி - 044 - 28583222, மின்னஞ்சல் ccs@tn.gov.in