കേരളാ ടൈംസ്

ഫെബ്രുവരി പ്രത്യേക പതിപ്പ് 2026

ഫെബ്രുവരി 2026 | WWW.KERALATIMES.COM | news@keralatimes.com

വാലന്റൈൻസ് ദിനം – സ്നേഹത്തിന്റെ ആധുനിക അർത്ഥങ്ങൾ



പോൾ കറുകപ്പിള്ളിൽ
(കേരളാ ടൈംസ് മാനേജിങ് ഡയറക്ടർ , പ്രവാസി കോൺക്ലേവ് ട്രസ്റ്റ് പ്രസിഡന്റ് , ഫൊക്കാന മുൻ പ്രസിഡന്റ്)

ഫെബ്രുവരി പതിനാലിന് എത്തുമ്പോൾ ലോകമെമ്പാടുമുള്ള മനുഷ്യഹൃദയങ്ങൾ ഒരേ താളത്തിൽ ഇടിക്കുന്നു—സ്നേഹത്തിന്റെ, കരുതലിന്റെ, പങ്കിടലിന്റെ താളത്തിൽ. വാലന്റൈൻസ് ദിനം പലപ്പോഴും ഒരു ദിനാഘോഷമായി ചുരുക്കപ്പെടുമ്പോഴും, അതിന്റെ യഥാർത്ഥ അർത്ഥം ഒരു ദിവസത്തിന്റെ പരിധികളെ അതിക്രമിക്കുന്നതാണ്. മനുഷ്യബ ന്ധങ്ങളുടെ ആത്മാവിനെ ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്ന, സ്നേഹം മനുഷ്യനെ മനുഷ്യനാക്കുന്ന മൂല്യമായി ഉയർത്തിപ്പിടിക്കുന്ന ദിനമാണ് ഇത്.

ചരിത്രത്തിൽ നിന്നുയർന്ന വാലന്റൈൻസ് ദിനത്തിന്റെ കഥകൾ സ്നേഹത്തിനായി നിലകൊണ്ട ധൈര്യത്തിന്റെ കഥകളാണ്. അധികാരത്തിന്റെയും നിയന്ത്രണങ്ങളുടെയും മുന്നിൽ തലകുനിയാതെ, മനുഷ്യബന്ധങ്ങളുടെ വിശുദ്ധിയെ സംരക്ഷിക്കാൻ ശ്രമിച്ചവരുടെ ഓർമ്മകൾ. ആ ചരിത്രസ്മരണകൾ ഇന്നത്തെ കാലത്ത് നമുക്ക് നൽകുന്ന സന്ദേശം വ്യക്തമാണ്—സ്നേഹം ഒരു ആഡംബരമല്ല, മനുഷ്യന്റെ അടിസ്ഥാനാവശ്യമാണ്.

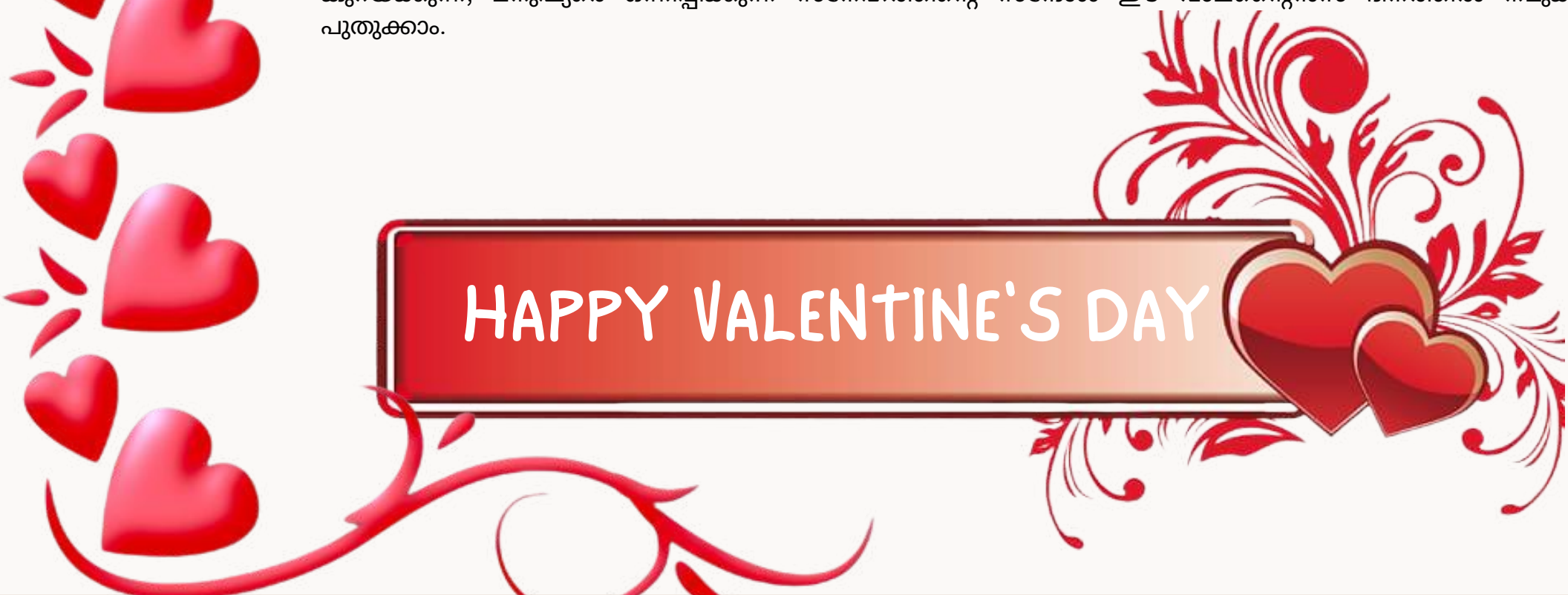
ആധുനിക ലോകത്ത് സ്നേഹം പല രൂപങ്ങളിലായി നമ്മെ സ്പർശിക്കുന്നു. കുടുംബ ത്തിനുള്ളിലെ നിശ്ശബ്ദമായ കരുതൽ, സുഹൃത്തുക്കളിലേക്കുള്ള വിശ്വാസം, സമൂഹ ത്തോടുള്ള ഉത്തരവാദിത്വബോധം, മനുഷ്യരാശിയോടുള്ള സഹാനുഭൂതി—ഇവയെല്ലാം സ്നേഹത്തിന്റെ വ്യത്യസ്ത മുഖങ്ങളാണ്. വാലന്റൈൻസ് ദിനം പ്രണയത്തിന്റെ മാത്രം ആഘോഷമാകേണ്ടതില്ല; മറിച്ച്, മനുഷ്യബന്ധങ്ങളുടെ സമഗ്രതയെ ആദരിക്കുന്ന ദിനമായി മാറണം.

പ്രവാസി സമൂഹത്തിന്റെ അനുഭവങ്ങൾ ഈ സത്യത്തെ കൂടുതൽ ശക്തമായി തെളിയി ക്കുന്നു. നാടുവിട്ടു ദൂരദേശങ്ങളിൽ ജീവിക്കുമ്പോൾ, സ്നേഹത്തിന്റെ മൂല്യം കൂടുതൽ ആഴത്തിൽ അനുഭവപ്പെടുന്നു. ഭാഷയും സംസ്കാരവും വ്യത്യസ്തമായ ഇടങ്ങളിൽ, മനുഷ്യരെ ബന്ധിപ്പിക്കുന്നത് ഹൃദയങ്ങളുടെ സ്നേഹബന്ധങ്ങളാണ്. അകലങ്ങളിൽ നിന്ന് നാട്ടിലേക്കുള്ള ഒരു ഫോൺകോളും, ഒരു സന്ദേശവും, ഒരു ഓർമ്മയും സ്നേഹത്തിന്റെ ശക്തി എത്ര വലുതാണെന്ന് നമ്മെ ബോധ്യപ്പെടുത്തുന്നു.

വാലന്റൈൻസ് ദിനം വിപണിയുടെ ആഘോഷമായി മാറുന്നുവെന്ന വിമർശനങ്ങളും നമുക്ക് അറിയാം. സമ്മാനങ്ങൾക്കും ആഘോഷങ്ങൾക്കും അപ്പുറം, സ്നേഹത്തിന്റെ യഥാർത്ഥ അർത്ഥം നഷ്ടപ്പെടരുത്. ഒരു പുഷ്പം നൽകുന്നതിലല്ല, ഒരു മനസ്സ് മനസ്സിലാക്കുന്നതിലാണ് സ്നേഹത്തിന്റെ മഹത്വം. വിലയേറിയ വസ്തുക്കളിൽ അല്ല, വിലമതിക്കാനാവാത്ത മനുഷ്യബന്ധങ്ങളിലാണ് ഈ ദിനത്തിന്റെ ആത്മാവ്.

സമൂഹമായി നാം മുന്നോട്ടുപോകുമ്പോൾ, സ്നേഹത്തെ ഒരു മൂല്യമായി പുനഃസ്ഥാപി ക്കേണ്ടതുണ്ട്. മതം, രാഷ്ട്രീയം, ജാതി, ഭാഷ തുടങ്ങിയ വേർതിരിവു കൾക്കപ്പുറം മനുഷ്യനെ മനുഷ്യനായി കാണാനുള്ള മനോഭാവം വളർത്തണം. വാലന്റൈൻസ് ദിനം അതിനുള്ള ഒരു ഓർമ്മപ്പെടുത്തലാകട്ടെ—നാം പരസ്പരം കരുതലോടെ സമീപിക്കു മ്പോൾ ലോകം കൂടുതൽ സുന്ദരമാകും എന്ന സത്യം.

അവസാനമായി, വാലന്റൈൻസ് ദിനം ഒരു ദിനാഘോഷമല്ല, ഒരു ജീവിതദർശനമാണ്. സ്നേഹം സംസാരത്തിലും പ്രവർത്തിയിലും പ്രതിഫലിപ്പിക്കുന്ന ഒരു മനോഭാവം. ഓരോ ദിവസവും സ്നേഹത്തിന്റെ ദിനമാക്കി മാറ്റാൻ നമുക്ക് കഴിയുമ്പോഴാണ് ഈ ആഘോഷ ത്തിന്റെ പൂർണ്ണത കൈവരിക്കുക. ഹൃദയങ്ങൾ തമ്മിലുള്ള അകലങ്ങൾ കുറയ്ക്കുന്ന, മനുഷ്യരെ ഒന്നിപ്പിക്കുന്ന സ്നേഹത്തിന്റെ സന്ദേശം ഈ വാലന്റൈൻസ് ദിനത്തിൽ നമുക്ക് പുതുക്കാം.



കേരളാ ടൈംസ്

ഫെബ്രുവരി പ്രത്യേക പതിപ്പ് 2026

FEBUARY 2026

ഫാഷൻ എന്നത് വെറും വസ്ത്രധാരണമല്ല — ഒരാളുടെ വ്യക്തിത്വവും ആത്മവിശ്വാസവും ജീവിതശൈലിയുമാണ്. കാലത്തിനൊപ്പം മാറിയും വളരിയും വരുന്ന ഒരു സാംസ്കാരിക ഭാഷയാണ് ഫാഷൻ.





FASHION TRENDING

വസ്ത്രങ്ങൾ, നിറങ്ങൾ, ഡിസൈൻ, ആക്സസറി കൾ, ഹെയർസ്റ്റൈൽ, നടപ്പു ശൈലി — ഇവയൊക്കെയാണ് ഫാഷന്റെ ഭാഗങ്ങൾ. ഒരാളുടെ മനോഭാവം, തൊഴിൽ, പ്രായം, സംസ്കാരം, കാലാവസ്ഥ എന്നിവയെല്ലാം ഫാഷനെ സ്വാധീനിക്കുന്നു. അതുകൊണ്ടുതന്നെ ഒരേ ഫാഷൻ എല്ലാവർക്കും ഒരുപോലെ അനുയോജ്യമാകണമെന്നില്ല.

ഇന്നത്തെ കാലത്ത് ഫാഷൻ സ്വയം പ്രകടിപ്പിക്കാനുള്ള ശക്തമായ മാർഗമാണ്. ട്രെൻഡുകൾ പിന്തുടരുന്നതിന് പുറമേ, തനി ക്കൊത്ത സ്റ്റൈൽ കണ്ടെത്തുകയും അതിൽ ആത്മവിശ്വാ സത്തോടെ നിലകൊ ള്ളുകയും ചെയ്യുന്നതാണ് യഥാർത്ഥ ഫാഷൻ. ലാളിത്യമാകാം, ആഡംബരമാകാം — സ്വന്തം തിരിച്ചറിവ് കാത്തുസൂക്ഷിക്കുന്നതാണ് ഫാഷന്റെ സൗന്ദര്യം.

ചുരുക്കി പറഞ്ഞാൽ, 👉 ഫാഷൻ നിങ്ങൾ ധരിക്കുന്ന വസ്ത്രമല്ല; നിങ്ങൾ അതിലൂടെ പറയുന്ന കഥയാണ്. ✨



കേരളാ ടൈംസ്

ഫെബ്രുവരി പ്രത്യേക പതിപ്പ് 2026

ലോക കേരള സഭ

അഞ്ചാം സമ്മേളനം,
2026 ജനുവരി 29, 30, 31
നിയമസഭ മന്ദിരം, തിരുവനന്തപുരം

തിരുവനന്തപുരം: ലോക കേരളസഭയുടെ സഭാ നടപടികൾക്ക് ഇന്ന് രാവിലെ തുടക്കമാകും. സഭാ നടപടികൾ നിയമസഭാ മന്ദിരത്തിലെ ആർ ശങ്കരനാരായണൻ തമ്പി ഹാളിൽ പകൽ 10ന് മുഖ്യമന്ത്രി പിണറായി വിജയൻ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്യും. ചടങ്ങിൽ പ്രവാസി വിദ്യാർഥികൾക്കായുള്ള സ്റ്റുഡന്റ്റ് മൈഗ്രേഷൻ പോർട്ടൽ, എയർപോർട്ട് ഹെൽപ് ഡെസ്ക്ക്, ഷെർപ്പ പോർട്ടൽ, ലോക കേരളം ഓൺലൈൻ സേവനങ്ങൾ എന്നിവയുടെ ഉദ്ഘാടനവും മുഖ്യമന്ത്രി നിർവഹിക്കും.

സമ്മേളനത്തിൽ 125 രാജ്യങ്ങളിൽനിന്നും ഇന്ത്യയിലെ 28 സംസ്ഥാനങ്ങളിൽനിന്നുമായി അഞ്ഞൂറിലധികം മലയാളി പ്രതിനിധികൾ പങ്കെടുക്കുന്നുണ്ട്. എട്ട് പ്രധാന വിഷയങ്ങളിലൂന്നിയുള്ള ചർച്ചകളും പ്രാദേശിക സമ്മേളനങ്ങളും രണ്ട് ദിവസമായി നടക്കും. പ്രവാസികളുടെ നിക്ഷേപവും വൈദഗ്ധ്യവും നവകേരള നിർമിതിക്കായി പ്രയോജനപ്പെടുത്തുന്നതിനുള്ള സുപ്രധാന തീരുമാനങ്ങൾ സമ്മേളനത്തിലുണ്ടാകും.

ഇന്നലെ നടന്ന ലോക കേരളസഭയുടെ അഞ്ചാം പതിപ്പിന്റെ പൊതുസമ്മേളനം മുഖ്യമന്ത്രി പിണറായി വിജയൻ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. സ്പീക്കർ എ എൻ ഷംസീർ അധ്യക്ഷനായ ചടങ്ങിൽ മന്ത്രിമാരായ വി ശിവൻകുട്ടി, എ കെ ശശീന്ദ്രൻ, കെ രാജൻ, റോഷി അഗസ്റ്റിൻ, ജി ആർ അനിൽ, കെ കൃഷ്ണൻകുട്ടി, എംഎ യൂസഫലി, ഡോ. രവിപിള്ള, നോർക്ക റൂട്ട്സ് റസിഡന്റ്റ് വൈസ് ചെയർമാൻ പി ശ്രീരാമകൃഷ്ണൻ എന്നിവർ പങ്കെടുത്തു.





കേരളാ ടൈംസ്

ഫെബ്രുവരി പ്രത്യേക പതിപ്പ് 2026

MBIFL'26
MATHRUBHUMI INTERNATIONAL

വേഗാന്തര ലോകം





കേരളാ ടൈംസ്

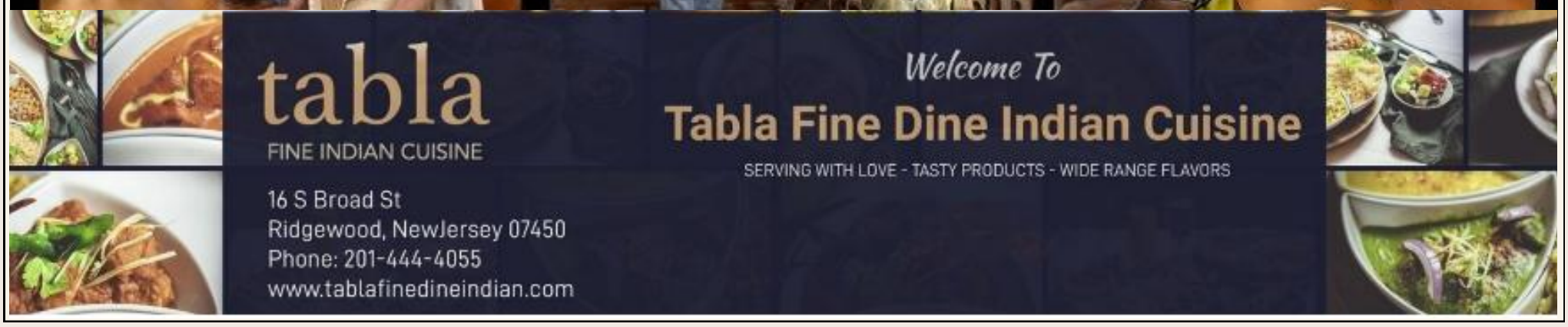
ഫെബ്രുവരി പ്രത്യേക പതിപ്പ് 2026

FORMER FOKANA PRESIDENT,KERALA TIMES MD PAUL KARUKAPPILLIL MEETS MP HIBI EDEN ,
ADV. V.K. MINIMOL MAYOR KOCHI,JOSE K JOHN ,
FOKANA FORMER REGIONAL VISE PRESIDENT GEETHA GEORGE; HOLDS DISCUSSIONS AT MAYORS OFFICE



Meeting with Adv. V.K. Minimol is Mayor of the Kochi Municipal Corporation





കേരളാ ടൈംസ്

ഫെബ്രുവരി പ്രത്യേക പതിപ്പ് 2026

BOOK PUBLISHING EVENT



The Global Malayalee Ratna Awards, presented at the inaugural Global Malayalee Festival in Kochi, India, on January 1-2, 2026



Dr. Arathi Krishna, Member of the Legislative Council and Vice Chairperson (Cabinet Rank) of the NRI Forum, Government of Karnataka,

കേരളാ ടൈംസ്

ERNAKULAM DISTRICT PRAVASI & EX-PRAVASI ASSOCIATION (EDPA)

Reg. No. EKM/TC/757/2022, Flora Residency, MILLUMPADY, A.M. Road
Perumbavoor, Tel: 0484- 2951233, +91 9048799917, E-mail: edpa0710@gmail.com

സ്നേഹാദരം 2026



Dr. Varghese Moolan
Moolans Group



Mammi Senchury
Secretary Kerala
Film Chamber



Saidu Mohd Naseer
MBM Group Qatar



Paul Karukappillil
Kerala Times
Managing Director USA

Sini Artist

രക്ഷാധികാരികൾ



Dr. E.K. Muhammed Shafi



Naseer Perumbavoor

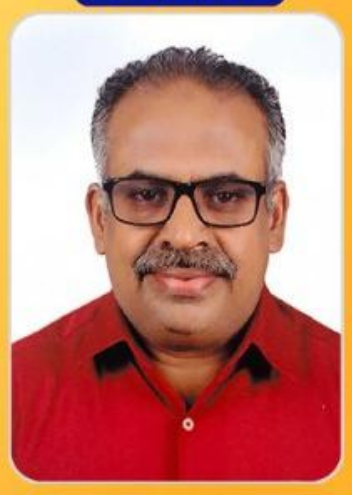


Muhammed Basheer T.A.



Rafeeq Chockli

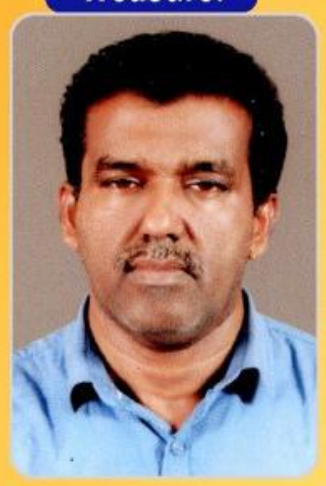
President	Secretary	Treasurer	Co-ordinator



Shajihan K.S.



Fareed Nellikuzhi



Subair Ambadan



Saleem Pattalam

2026 ഫെബ്രുവരി 07 ശനിയാഴ്ച വൈകിട്ട് 4.30 ന്
ഫ്ളോറ റെസിഡൻസി ഓഡിറ്റോറിയത്തിൽ

Welcome Graphics [PBVR] : +91 7994116792, 9048799913

കേരള ടൈംസ്

ഖനന മേഖലയിൽ ആഗോള സഖ്യം; അമേരിക്കൻ നിർദ്ദേശത്തിന് ഇന്ത്യയുടെ പിന്തുണ.



വാഷിംഗ്ടൺ ഡി.സി : നിർണ്ണായക ധാതുക്കളുടെ (Critical Minerals) വിതരണ ശൃംഖല സുരക്ഷിതമാക്കാൻ അന്താരാഷ്ട്ര തലത്തിൽ ഒരു ഏകീകൃത വ്യാപാര സഖ്യം രൂപീകരിക്കണമെന്ന അമേരിക്കയുടെ നിർദ്ദേശത്തിന് ഇന്ത്യ പിന്തുണ അറിയിച്ചു. വാഷിംഗ്ടണിൽ ഫെബ്രുവരി 4 നടന്ന നിർണ്ണായക ധാതുക്കളുടെ മന്ത്രിതല യോഗത്തിൽ ഇന്ത്യൻ വിദേശകാര്യ മന്ത്രി ഡോ. എസ്. ജയശങ്കറാണ് ഇന്ത്യയുടെ നിലപാട് വ്യക്തമാക്കിയത്.

ആഗോള വിതരണ ശൃംഖല ചുരുക്കം ചില രാജ്യങ്ങളിൽ മാത്രം കേന്ദ്രീകരിച്ചിരിക്കുന്നത് വലിയ അപകടമാണെന്നും ഇത് ഒഴിവാക്കാൻ രാജ്യങ്ങൾ തമ്മിൽ ഏകോപിതമായ സഹകരണം വേണമെന്നും ജയശങ്കർ പറഞ്ഞു.

ആധുനിക സമ്പദ്വ്യവസ്ഥയിൽ എണ്ണയും വാതകവും പോലെ പ്രധാനമാണ് ഈ ധാതുക്കളെന്ന് യുഎസ് വൈസ് പ്രസിഡന്റ് ജെ.ഡി. വാൻസ് പറഞ്ഞു. സമാന ചിന്താഗതിയുള്ള രാജ്യങ്ങൾ ചേർന്ന് ഒരു 'ട്രേഡിംഗ് ബ്ലോക്ക്' (Trading Bloc) രൂപീകരിക്കണമെന്ന് അദ്ദേഹം ആഹ്വാനം ചെയ്തു. ഏകോപിത വ്യാപാര ചട്ടക്കൂടിനായി പ്രവർത്തിക്കാൻ സഖ്യകക്ഷികളോട് അമേരിക്ക ആവശ്യപ്പെട്ടു.

സെമികണ്ടക്ടറുകൾ, ഇലക്ട്രിക് വാഹനങ്ങൾ, ആർട്ടിഫിഷ്യൽ ഇന്റലിജൻസ് തുടങ്ങിയ നൂതന സാങ്കേതികവിദ്യകൾക്ക് ആവശ്യമായ ധാതുക്കളുടെ ലഭ്യത ഉറപ്പാക്കുക എന്നതാണ് ഈ സഖ്യത്തിന്റെ ലക്ഷ്യം.

ദേശീയ സുരക്ഷയ്ക്കും സാങ്കേതിക വിദ്യയുടെ വളർച്ചയ്ക്കും ഈ മേഖലയിലെ സ്വയംപര്യാപ്തത അനിവാര്യമാണെന്ന് യോഗത്തിൽ പങ്കെടുത്ത അമേരിക്കൻ സ്റ്റേറ്റ് സെക്രട്ടറി മാർക്കോ റൂബിയോയും വ്യക്തമാക്കി.

നീതിന്യായ രംഗത്ത് പുതിയ ചുവടുവെപ്പ്: ആഷ്‌ലി വൈസോക്കിയെ ഡിസ്ട്രിക്റ്റ് കോടതി ജഡ്ജിയായി നിയമിച്ചു.



ഡാളസ്: ടെക്സസിലെ 254-മത് ജുഡീഷ്യൽ ഡിസ്ട്രിക്റ്റ് കോടതിയുടെ ജഡ്ജിയായി പ്രമുഖ അഭിഭാഷക ആഷ്‌ലി ബ്രാഡ്‌ഫോർഡ് വൈസോക്കിയെ നിയമിച്ചുകൊണ്ട് ഗവർണർ ഗ്രെഗ് ആബട്ട് ഉത്തരവിട്ടു. ദീർഘകാലമായി നിയമരംഗത്ത് പ്രവർത്തിക്കുന്ന ആഷ്‌ലിയുടെ വൈദഗ്ധ്യം കോടതിക്ക് വലിയ കരുത്താകുമെന്ന് വിലയിരുത്തപ്പെടുന്നു.

ഡാളസിലെ പ്രമുഖ നിയമസ്ഥാപനമായ 'ഫോക്സ് റോത്ത്ചൈൽഡിൽ' അഭിഭാഷകയായിരുന്ന ആഷ്‌ലി, അമേരിക്കൻ ബാർ അസോസിയേഷൻ ഉൾപ്പെടെയുള്ള പ്രമുഖ സംഘടനകളിൽ അംഗമാണ്.

ടെക്സസ് യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിൽ നിന്ന് ബിരുദവും, ടെക്സസ് ടെക് യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിൽ നിന്ന് എംബിഎയും നിയമബിരുദവും (JD) നേടിയിട്ടുണ്ട്. ആലീസ് ഐഎസ്ഡി സ്കൂളുകളിലായിരുന്നു ഇവരുടെ പ്രാഥമിക വിദ്യാഭ്യാസം.

സെനറ്റിന്റെ സ്ഥിരീകരണത്തിന് വിധേയമായ ഈ നിയമനം 2026 ഡിസംബർ 31 വരെയോ അല്ലെങ്കിൽ പുതിയ പിൻഗാമി ചുമതലയേൽക്കുന്നത് വരെയോ ആയിരിക്കും.

കുടുംബനിയമങ്ങളിൽ പ്രത്യേക വൈദഗ്ധ്യമുള്ള ആഷ്‌ലിയുടെ കടന്നുവരവ് ഡിസ്ട്രിക്റ്റ് കോടതിയുടെ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ വലിയ മാറ്റങ്ങൾ കൊണ്ടുവരുമെന്നാണ് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നത്.

ഗ്ലോബൽ കൊളീഷൻ & ബോഡി വർക്സ് യുഎസ്എ, ചെയർമാൻ നോഹ ജോർജ് ചിറമണ്ണിൽ നീരേറ്റുപുറം ജലമേളയുടെ മുഖ്യ സ്പോൺസർ.



ഡാളസ്: ടെക്സസിലെ 254-മത് ജുഡീഷ്യൽ ഡിസ്ട്രിക്റ്റ് കോടതിയുടെ ജഡ്ജിയായി പ്രമുഖ അഭിഭാഷക ആഷ്‌ലി ബ്രാഡ്‌ഫോർഡ് വൈസോക്കിയെ നിയമിച്ചുകൊണ്ട് ഗവർണർ ഗ്രെഗ് ആബട്ട് ഉത്തരവിട്ടു. ദീർഘകാലമായി നിയമരംഗത്ത് പ്രവർത്തിക്കുന്ന ആഷ്‌ലിയുടെ വൈദഗ്ധ്യം കോടതിക്ക് വലിയ കരുത്താകുമെന്ന് വിലയിരുത്തപ്പെടുന്നു.

ഡാളസ്: ടെക്സസിലെ 254-മത് ജുഡീഷ്യൽ ഡിസ്ട്രിക്റ്റ് കോടതിയുടെ ജഡ്ജിയായി പ്രമുഖ അഭിഭാഷക ആഷ്‌ലി ബ്രാഡ്‌ഫോർഡ് വൈസോക്കിയെ നിയമിച്ചുകൊണ്ട് ഗവർണർ ഗ്രെഗ് ആബട്ട് ഉത്തരവിട്ടു. ദീർഘകാലമായി നിയമരംഗത്ത് പ്രവർത്തിക്കുന്ന ആഷ്‌ലിയുടെ വൈദഗ്ധ്യം കോടതിക്ക് വലിയ കരുത്താകുമെന്ന് വിലയിരുത്തപ്പെടുന്നു.

ഡാളസിലെ പ്രമുഖ നിയമസ്ഥാപനമായ 'ഫോക്സ് റോത്ത്ചൈൽഡിൽ' അഭിഭാഷകയായിരുന്ന ആഷ്‌ലി, അമേരിക്കൻ ബാർ അസോസിയേഷൻ ഉൾപ്പെടെയുള്ള പ്രമുഖ സംഘടനകളിൽ അംഗമാണ്.

ടെക്സസ് യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിൽ നിന്ന് ബിരുദവും, ടെക്സസ് ടെക് യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിൽ നിന്ന് എംബിഎയും നിയമബിരുദവും (JD) നേടിയിട്ടുണ്ട്. ആലീസ് ഐഎസ്ഡി സ്കൂളുകളിലായിരുന്നു ഇവരുടെ പ്രാഥമിക വിദ്യാഭ്യാസം.

സെനറ്റിന്റെ സ്ഥിരീകരണത്തിന് വിധേയമായ ഈ നിയമനം 2026 ഡിസംബർ 31 വരെയോ അല്ലെങ്കിൽ പുതിയ പിൻഗാമി ചുമതലയേൽക്കുന്നത് വരെയോ ആയിരിക്കും.

കുടുംബനിയമങ്ങളിൽ പ്രത്യേക വൈദഗ്ധ്യമുള്ള ആഷ്‌ലിയുടെ കടന്നുവരവ് ഡിസ്ട്രിക്റ്റ് കോടതിയുടെ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ വലിയ മാറ്റങ്ങൾ കൊണ്ടുവരുമെന്നാണ് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നത്.

കേരള ടൈംസ്

വന്ദേഭാരത് സ്ലീപ്പറിൽ മെനു പുതുക്കി ഐആർസിടിസി; യാത്രക്കാർക്ക് കൂടുതൽ വെജ്–നോൺവെജ് ഓപ്ഷനുകൾ



കൊൽക്കത്ത· രാജ്യത്തെ ആദ്യ വന്ദേഭാരത് സ്ലീപ്പർ ട്രെയിനായ ഹൗറ–കാമാഖ്യ സർവീസിൽ ഭക്ഷണമെനു ഐആർസിടിസി പരിഷ്കരിച്ചു. ജനുവരിയിൽ സർവീസ് ആരംഭിച്ച ഈ ട്രെയിനിൽ ആദ്യം കൊൽക്കത്തയും അസമും ഉൾപ്പെടുന്ന പ്രാദേശിക രുചികൾക്ക് മുൻതൂക്കം നൽകിയിരുന്നുവെങ്കിലും, ഇപ്പോൾ യാത്രക്കാരുടെ ആവശ്യങ്ങൾ പരിഗണിച്ച് കൂടുതൽ വെജിറ്റേറിയൻ, നോൺ–വെജിറ്റേറിയൻ വിഭവങ്ങൾ ഉൾപ്പെടുത്തി മെനു വിപുലീകരിച്ചിരിക്കുകയാണ്.

27575 ഹൗറ–കാമാഖ്യ സർവീസിൽ നെയ്ച്ചോറ്, ബസന്തി പുലാവ്, ഗ്രീൻപീസ് പുലാവ് എന്നിവയ്ക്കൊപ്പം പറാത്ത, ചോള ദാൽ, ഭജ മൂംഗ് ദാൽ, മിക്സഡ് ദാൽ തുടങ്ങി വിവിധ ദാൽ വിഭവങ്ങൾ ലഭിക്കും. ആലു ഗജർ മേത്തി മാട്ടർ ഭജ, ആലു ഗോബി കടായിസൂട്ടി ഭജ, ഝുരി ആലു ഭജ എന്നിവ വെജിറ്റേറിയൻ വിഭവങ്ങളിലുണ്ട്.

നോൺ–വെജ് വിഭവങ്ങളിൽ ബംഗാളി ചിക്കൻ കറി, മുർഘ് രോഗിണി, മുർഗിർ ഝോൾ എന്നിവ ഉൾപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്. മധുരവിഭവങ്ങളായി സന്ദേശ്, കാല ജാമൺ, ഖീർ കദം എന്നിവയും യാത്രക്കാർക്ക് ലഭ്യമാകും.

തിരിച്ചുള്ള 27576 കാമാഖ്യ–ഹൗറ സർവീസിൽ ജീര റൈസ്, ജീര കോൺ പുലാവ്, കിസ്മിസ് പുലാവ് എന്നിവയ്ക്കൊപ്പം തേഡ്ലാർ പറാത്ത, മിക്സഡ് ദാൽ, ലസേര ആലു ബജി, ഭേൻഡി ആലു ഭജി, ബീൻസ് ആലു ബജി തുടങ്ങിയ പച്ചക്കറി വിഭവങ്ങളും ഉൾപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്. വെജിറ്റേറിയൻ വിഭാഗത്തിൽ പനീർ മസാല, കടായി പനീർ എന്നിവയും നോൺ–വെജിൽ അസമീസ് ശൈലിയിലുള്ള ചിക്കൻ മസാല, ചിക്കൻ കറി എന്നിവയും ലഭിക്കും.

ഈ സർവീസുകളിലുടനീളം യാത്രക്കാർക്ക് രാവിലെ 6.30 മുതൽ 8 മണിവരെ ബിസ്കറ്റും ചായയും നൽകും. വെസ്റ്റ് ബംഗാളിലെ യാത്രക്കാരുടെ ഭക്ഷണ മുൻഗണനകൾ പരിഗണിച്ചാണ് മെനു പുതുക്കിയതെന്ന് ഈസ്റ്റേൺ റെയിൽവേ അധികൃതർ അറിയിച്ചു.

അമേരിക്കൻ മലയാളി ദമ്പതികളുടെ പിന്തുണയിൽ ഉമ്മൻചാണ്ടി ഭവനം: ആദ്യ വീടിന്റെ താക്കോൽദാനം ബാലരാമപുരത്ത്.



ന്യൂയോർക്ക് : മന്ന ചാരിറ്റബിൾ ട്രസ്റ്റിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ നടപ്പാക്കുന്ന ‘ഉമ്മൻചാണ്ടി ഭവനം’ പ്രോജക്ടിന്റെ ആദ്യ വീടിന്റെ താക്കോൽദാന ചടങ്ങ് തിരുവനന്തപുരം ബാലരാമപുരത്ത് നടന്നു. സമൂഹത്തിലെ ആവശ്യമുള്ള കുടുംബങ്ങൾക്ക് സുരക്ഷിതമായ വാസസ്ഥലം ഒരുക്കുക എന്ന ലക്ഷ്യത്തോടെ ആരംഭിച്ച പദ്ധതിക്ക് അമേരിക്കൻ മലയാളി ദമ്പതികളുടെ കൈത്താങ്ങ് വലിയ പ്രചോദനമായി

ന്യൂയോർക്കിൽ താമസിക്കുന്ന കുന്നുപറമ്പിൽ ആൻഡ്രൂസ്–ശോശാമ്മ ദമ്പതികളാണ് പദ്ധതിയിലെ ആദ്യ ഭവനം സ്പോൺസർ ചെയ്തത്. ചടങ്ങിൽ ചാണ്ടി ഉമ്മൻ എംഎൽഎയും ഡോ. മരിയ ഉമ്മനുമാണ് നേതൃത്വം നൽകിയത്. മറിയാമ്മ ഉമ്മനും ചാണ്ടി ഉമ്മനും ചേർന്ന് താക്കോൽ കൈമാറി.

ഈ സ്വപ്നപദ്ധതി യാഥാർഥ്യമാക്കുന്നതിൽ നിർണായക പങ്കുവഹിച്ച ആൻഡ്രൂസ്–ശോശാമ്മ ദമ്പതികൾക്ക് ട്രസ്റ്റിന്റെ പേരിൽ ചാണ്ടി ഉമ്മൻ എംഎൽഎ നന്ദി രേഖപ്പെടുത്തി. സമൂഹത്തിന്റെ കൂട്ടായ്മയും പ്രവാസി മലയാളികളുടെ പിന്തുണയും ഉണ്ടെങ്കിൽ കൂടുതൽ കുടുംബങ്ങൾക്ക് വീട് എന്ന സ്വപ്നം സഫലമാക്കാനാകുമെന്ന് അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു.

കേരള ടൈംസ്

ചരിത്രത്തിലെ ഏറ്റവും വലിയ ആയുധ ഇടപാട്: 3.25 ലക്ഷം കോടി രൂപയ്ക്ക് 114 റഫാൽ യുദ്ധവിമാനങ്ങൾ കൂടി ഇന്ത്യ വാങ്ങുന്നു.



ന്യൂഡൽഹി: ഇന്ത്യൻ വ്യോമസേനയുടെ ശക്തി വർധിപ്പിക്കുന്നതിന്റെ ഭാഗമായി 114 ഫ്രഞ്ച് നിർമിത റഫാൽ യുദ്ധവിമാനങ്ങൾ കൂടി വാങ്ങാൻ ഇന്ത്യ ഒരുങ്ങുന്നു. നിലവിൽ സേവനത്തിലുള്ള 36 റഫാൽ വിമാനങ്ങൾക്ക് പുറമേയാണ് പുതിയ ഓർഡർ. 3.25 ലക്ഷം കോടി രൂപ മൂല്യമുള്ള ഈ കരാറിന് പ്രതിരോധ മന്ത്രാലയം ഈ ആഴ്ച തന്നെ അനുമതി നൽകുമെന്നാണ് സൂചന. അംഗീകാരം ലഭിച്ചാൽ ഇത് രാജ്യത്തിന്റെ ചരിത്രത്തിലെ ഏറ്റവും വലിയ ആയുധക്കരാറായിരിക്കും.

വ്യോമസേനയുടെ മൾട്ടി റോൾ ഫൈറ്റർ എയർക്രാഫ്റ്റ് (MRFA) പദ്ധതിയുടെ ഭാഗമായാണ് പുതിയ റഫാൽ വിമാനങ്ങൾ വാങ്ങുന്നത്. ഫ്രഞ്ച് പ്രസിഡന്റ് ഇമ്മാനുവൽ മക്രോണിന്റെ ഫെബ്രുവരി 19, 20 തീയതികളിലെ ഇന്ത്യാ സന്ദർശനത്തിന് മുൻപായി കരാറിന് അന്തിമരൂപം നൽകാനാണ് ശ്രമം.

പുതിയ കരാർ പ്രകാരം 114 റഫാൽ വിമാനങ്ങളിൽ 100 എണ്ണം ഇന്ത്യയിൽ തന്നെ നിർമിക്കുമെന്നാണ് റിപ്പോർട്ടുകൾ. 'മെയ്ക്ക് ഇൻ ഇന്ത്യ' പദ്ധതിയുടെ ഭാഗമായി രാജ്യത്തിനുള്ളിൽ ഉത്പാദനം നടത്തുന്നതിലൂടെ പ്രതിരോധ മേഖലയിലെ സ്വയംപര്യാപ്തത വർധിപ്പിക്കാനാണ് ലക്ഷ്യം. ഇരട്ട എൻജിനുകളോടുകൂടിയ, മൾട്ടി-റോൾ ശേഷിയുള്ള, ഉയർന്ന കൃത്യതയുള്ള ദൗത്യങ്ങൾക്ക് പേരുകേട്ട യുദ്ധവിമാനമാണ് റഫാൽ.

114 വിമാനങ്ങൾ കൂടി സേവനത്തിലേക്ക് എത്തിയാൽ ഫ്രാൻസിന് പിന്നാലെ ലോകത്ത് ഏറ്റവും കൂടുതൽ റഫാൽ വിമാനങ്ങളുള്ള വ്യോമസേനയായി ഇന്ത്യൻ വ്യോമസേന മാറും. ഇന്ത്യയ്ക്ക് ഇതിനകം 36 റഫാൽ യുദ്ധവിമാനങ്ങളുണ്ട്. 2024 ഡിസംബറിലാണ് വ്യോമസേന അവസാന 'സി' വേരിയന്റ് റഫാൽ വിമാനങ്ങൾ ഫ്രാൻസിൽ നിന്ന് സ്വീകരിച്ചത്.

ഇതിനുപുറമെ, നാവികസേനയ്ക്കായി 63,000 കോടി രൂപയുടെ കരാർ പ്രകാരം 26 'എം' വേരിയന്റ് റഫാൽ വിമാനങ്ങളും ഇന്ത്യ ഓർഡർ ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. വിമാനവാഹിനിക്കപ്പലുകളിൽ പ്രവർത്തനക്ഷമമായ ഈ വേരിയന്റ് 2030ഓടെ കൈമാറുമെന്നാണ് വിലയിരുത്തൽ. ഐഎൻഎസ് വിക്രാന്ത്, ഐഎൻഎസ് വിക്രമാദിത്യ എന്നീ വിമാനവാഹിനിക്കപ്പലുകളിലാണ് 'എം' വേരിയന്റ് റഫാൽ വിമാനങ്ങൾ വിന്യസിക്കുക.

കാനഡയെ നടുക്കിയ സ്കൂൾ വെടിവയ്പ്; വിദ്യാർത്ഥികളടക്കം ഒൻപത് പേർ കൊല്ലപ്പെട്ടു.

ബ്രിട്ടിഷ് കൊളംബിയയിലെ ടംബ്ലർ റിഡ്ജിൽ നടന്ന ഭീകര വെടിവയ്പ് കാനഡയെ ഞെട്ടിച്ചു. ടംബ്ലർ റിഡ്ജ് സെക്കൻഡറി സ്കൂളിൽ അതിക്രമിച്ചു കയറിയ തോക്കുധാരി നടത്തിയ ആക്രമണത്തിൽ വിദ്യാർത്ഥികളടക്കം ഏഴ് പേർ സ്ഥലത്തുവെച്ച് തന്നെ മരിച്ചു. നിമിഷങ്ങൾക്കകം സ്കൂൾ പരിസരം യുദ്ധഭൂമിയെ അനുസ്മരിപ്പിക്കുന്ന തരത്തിലേക്ക് മാറിയതായി ദൃക്സാക്ഷികൾ പറഞ്ഞു.

ആക്രമണത്തിന് പിന്നാലെ സമീപത്തെ ഒരു താമസസ്ഥലത്തുനിന്ന് രണ്ട് പേരുടെ മൃതദേഹങ്ങളും കണ്ടെത്തി. ഇതോടെ ആകെ മരണസംഖ്യ ഒൻപതായി ഉയർന്നു. ഇരുപതിലധികം പേർക്ക് പരുക്കേറ്റതായും അവരെ സമീപത്തെ ആശുപത്രികളിൽ പ്രവേശിപ്പിച്ചതായും അധികൃതർ അറിയിച്ചു. ചിലരുടെ നില ഗുരുതരമാണെന്നാണ് റിപ്പോർട്ട്.

ആക്രമണം നടത്തിയതായി സംശയിക്കുന്ന വ്യക്തിയെ സ്കൂൾ കെട്ടിടത്തിനുള്ളിൽ തന്നെ മരിച്ച നിലയിൽ കണ്ടെത്തി. ഇയാൾ സ്വയം വെടിവച്ച് ജീവനൊടുക്കിയതാകാമെന്നാണ് പ്രാഥമിക നിഗമനം. സംഭവത്തിന്റെ പശ്ചാത്തലവും അക്രമത്തിന്റേതായ കാരണങ്ങളും അന്വേഷിച്ച് റോയൽ കനേഡിയൻ മൗണ്ടഡ് പൊലീസ് വ്യാപകമായ അന്വേഷണം ആരംഭിച്ചു.

സംഭവത്തെ തുടർന്ന് പ്രവിശ്യയിലുടനീളം കനത്ത ജാഗ്രത പ്രഖ്യാപിച്ചു. പ്രദേശത്തെ വിദ്യാലയങ്ങൾ അടച്ചുപൂട്ടുകയും പൊലീസ് സുരക്ഷ ശക്തമാക്കുകയും ചെയ്തു. കാനഡയുടെ ചരിത്രത്തിലെ ഏറ്റവും ദാരുണമായ വെടിവയ്പ്പുകളിൽ ഒന്നായാണ് ഈ സംഭവം വിലയിരുത്തപ്പെടുന്നത്. രാജ്യത്താകമാനം ദുഃഖവും ആശങ്കയും നിറഞ്ഞ സാഹചര്യമാണ് രൂപപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത്.







കേരളാ ടൈംസ്

Life & Limb

CHARITABLE TRUST

JOHNSON SAMUEL

Phone: (646) 996 - 1692

Website: www.Lifeandlimbs.org



MISSION

OUR MISSION IS TO PROVIDE INDIVIDUALIZED CARE AND SUPPORT THAT WILL ENABLE THE THOUSANDS OF AMPUTEES IN INDIA AND HELP BRING THEM ONE STEP CLOSER TO REGAINING CONTROL OF THEIR LIVES.



കേരളാ ടൈംസ്

AVA

Touching everyone's life naturally
each day, by nurturing the needs
of customers world over,
with a wider range of
quality products and services



Dr. A.V.Anoop
Managing Director,
AVA Group of Companies
www.avanoop.com

MEDIMIX®
Trusted Since 1969



MELAM®
SINCE 1990



SANJEEVANAM®



Ayur

A World-Class Ayur Diamond Certified
NABH Approved Ayurveda Hospital

Premium Facilities
Under One Roof

8 Speciality Ayurveda
Departments

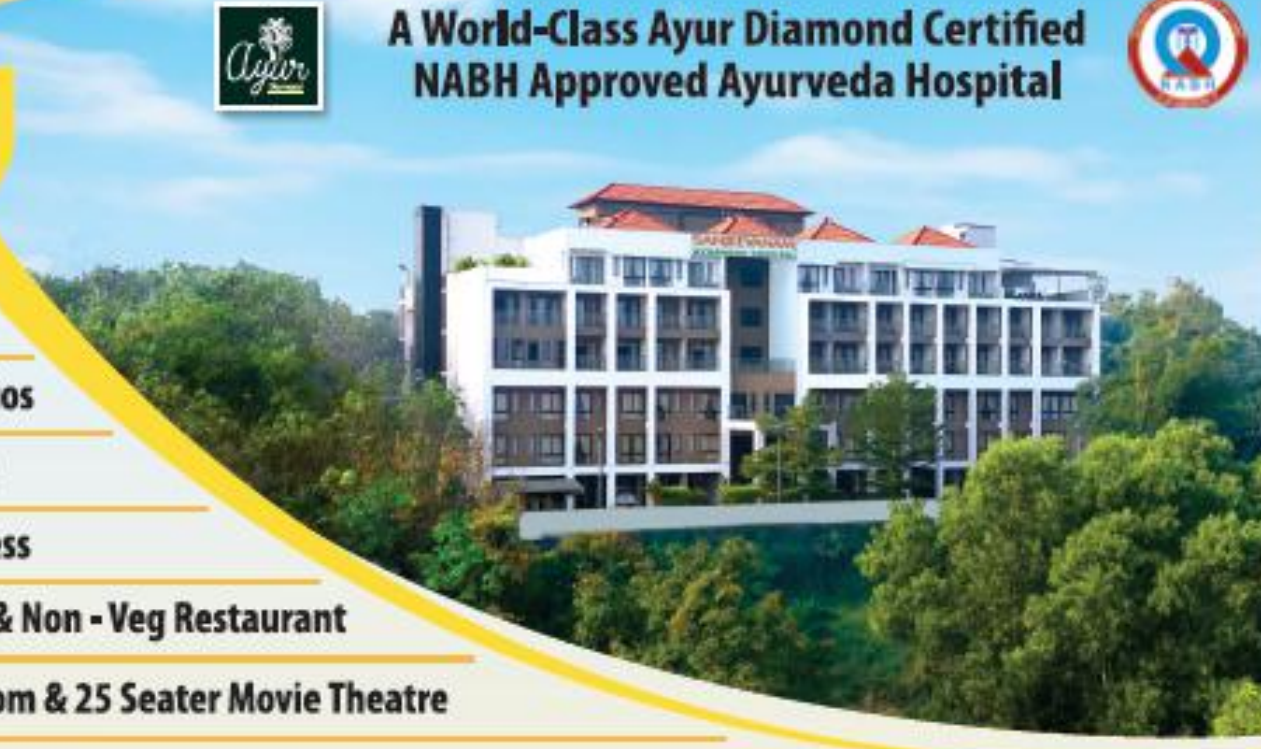
70 beds & 4 Yoga Studios

Operation Theatre

Functional Fitness

Separate Veg & Non - Veg Restaurant

Game Room & 25 Seater Movie Theatre



SANJEEVANAM
AYURVEDA HOSPITAL
KOCHI

For online consultation

Kochi : Chakkothmala Road, Pallikkara,
Kakkanad, Kochi - 683 565, Kerala
For Booking: ☎+91 484 284 5000 +91 6282980003
namaste@sanjeevanam.com www.sanjeevanam.com

+91 44 4347 1800 1800 103 1282 www.avacare.in

Birthday Celebration









Birthday Celebration @

DIFFERENT
ART CENTRE

















A Warm Birthday Celebration at Different Art Centre



കേരളാ ടൈംസ്


Malankara Orthodox Church
Baselious Augen Charitable Fou
NAM Special SCHOOL, KOTH




24
Chief Gue
Fr. Da
(Founde
Kidney
Inaugu
NIT


മലങ്കര ഓർത്തഡോക്സ് സുറിയാനി സഭ
സാന്ത്വനം സ്പെഷ്യൽ സ്കൂൾ
24
Inauguration
VOCATIONAL
AINING UNIT
Chief Guest
Fr. Davis Chir
(Founder & Chairman
Kidney Federation of
SANTWANAM
Special
SCHOOL

കേരളാ ടൈംസ്

PARK FUNERAL CHAPELS

Generations of Dignified Personal Service



SINCE 1907 FAMILIES HAVE COUNTED ON US TO HELP THEM THROUGH DIFFICULT TIMES,
AND WE HAVE ALWAYS BEEN THERE BY PROVIDING DIGNIFIED PERSONAL SERVICE.

WWW.PARKFUNERALCHAPELS.COM

GARDEN CITY PARK, NY 11040

T: (516) 747-4300

For magazine, online and newspaper advertising please contact

Paul Karukappillil

+1(845) 553-5671 (USA)

+918547730600 (India)

കേരളാ ടൈംസ്

കാനഡയുമായി കൊമ്പുകോർത്ത് ട്രംപ്: പാലം തടയുമെന്നും ഐസ് ഹോക്കി നിരോധിക്കുമെന്നും ഭീഷണി.



വാഷിംഗ്ടൺ ഡി സി : അമേരിക്കയെയും കാനഡയെയും ബന്ധിപ്പിക്കുന്ന പുതിയ 'ഗോർഡി ഹോവ്' അന്താരാഷ്ട്ര പാലത്തിന്റെ നിർമ്മാണവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് കാനഡയ്ക്കെതിരെ രൂക്ഷവിമർശനവുമായി യുഎസ് പ്രസിഡന്റ് ഡൊണാൾഡ് ട്രംപ്. പാലത്തിന്റെ പകുതി ഉടമസ്ഥാവകാശം അമേരിക്കയ്ക്ക് നൽകണമെന്നും അല്ലാത്തപക്ഷം പാലം തുറക്കാൻ അനുവദിക്കില്ലെന്നുമാണ് ട്രംപിന്റെ ഭീഷണി.

കാനഡയുടെ പൂർണ്ണ സാമ്പത്തിക സഹായത്തോടെ നിർമ്മിക്കുന്ന ഈ പാലത്തിന്റെ ഉടമസ്ഥാവകാശം കാനഡയ്ക്കാണ്. എന്നാൽ ഇത് അമേരിക്കയെ ചൂഷണം ചെയ്യലാണെന്നും പാലത്തിന്റെ പകുതി പങ്ക് യുഎസിന് വേണമെന്നും ട്രംപ് വാദിക്കുന്നു.
പാലം പണിയാൻ അമേരിക്കൻ ഉരുക്ക് (Steel) ഉപയോഗിക്കാതെ കാനഡയ്ക്ക് ഇളവ് നൽകിയ മുൻ പ്രസിഡന്റ് ബരാക് ഒബാമയുടെ നടപടിയെ ട്രംപ് 'വിഡ്ഢിത്തം' എന്ന് വിശേഷിപ്പിച്ചു.

കാനഡ ചൈനയുമായി വ്യാപാര കരാറിൽ ഏർപ്പെടാൻ നീക്കം നടത്തുകയാണെന്ന് ട്രംപ് ആരോപിച്ചു. ചൈനയുമായുള്ള ഈ ബന്ധം കാനഡയിലെ ഐസ് ഹോക്കി കളി തന്നെ ഇല്ലാതാക്കുമെന്നും വിഖ്യാതമായ 'സ്റ്റാൻലി കപ്പ്' എന്നെന്നേക്കുമായി നിർത്തലാക്കുമെന്നുമാണ് ട്രംപിന്റെ വിചിത്രമായ അവകാശവാദം.
മിഷിഗണെയും ഒന്റാറിയോയെയും ബന്ധിപ്പിക്കുന്ന ഈ പാലം വടക്കേ അമേരിക്കയിലെ ഏറ്റവും തിരക്കേറിയ വ്യാപാര പാതകളിലൊന്നാണ്. ഈ വർഷം പാലം തുറക്കാനിരിക്കെയാണ് ട്രംപിന്റെ പുതിയ നീക്കം.
കാനഡ പ്രധാനമന്ത്രി മാർക്ക് കാർണിയുമായി (Mark Carney) ഉടൻ ചർച്ചകൾ ആരംഭിക്കുമെന്നും അമേരിക്കയ്ക്ക് അർഹമായ നഷ്ടപരിഹാരം ലഭിക്കാതെ വിട്ടുവീഴ്ചയില്ലെന്നും ട്രംപ് വ്യക്തമാക്കി.

കുടലാരോഗ്യം കാക്കുന്ന ഭക്ഷണശീലം; വൻകുടലിലെ അർബുദ സാധ്യത കുറയ്ക്കാം









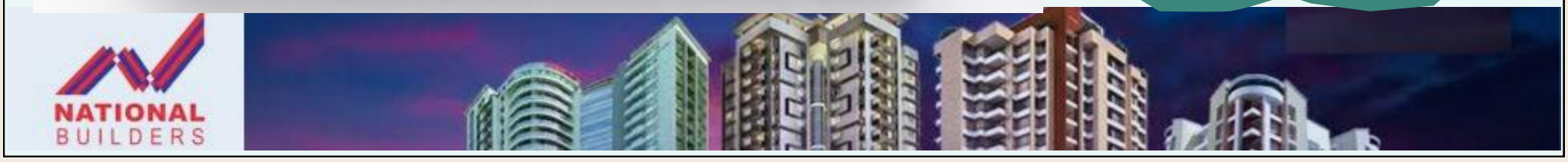




ദഹനവ്യവസ്ഥയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട കാൻസറുകളിൽ സാധാരണമായി കാണപ്പെടുന്ന രോഗങ്ങളിലൊന്നാണ് വൻകുടലിലെ അർബുദം. കഴിഞ്ഞ കുറേ വർഷങ്ങളായി ചെറുപ്പക്കാരിലും ഈ രോഗം വർധിച്ചുവരുന്നതായാണ് ആരോഗ്യ വിദഗ്ധർ ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുന്നത്. ലക്ഷണങ്ങൾ പ്രകടമാകുന്നതിന് മുൻപുതന്നെ പ്രതിരോധ നടപടികൾ സ്വീകരിക്കുന്നതാണ് ഏറ്റവും നല്ല മാർഗമെന്നും, അതിൽ പ്രധാന പങ്ക് ഭക്ഷണശീലങ്ങൾക്കാണെന്നും ഡോക്ടർമാർ പറയുന്നു.
ഭക്ഷണത്തിലൂടെ ലഭിക്കുന്ന നാരുകളും ആന്റിഓക്സിഡന്റുകളും ശരീരത്തിലെ വിഷാംശങ്ങൾ വേഗത്തിൽ പുറത്താക്കാനും കുടലിലെ കോശങ്ങളെ സംരക്ഷിക്കാനും സഹായിക്കുന്നു. പയർവർഗങ്ങൾ, മുഴുധാന്യങ്ങൾ, ഇലക്കറികൾ, ബ്രൊക്കോളി പോലുള്ള പച്ചക്കറികൾ, ബെറിപ്പഴങ്ങൾ, തക്കാളി, ഉള്ളി, വെളുത്തുള്ളി എന്നിവയെല്ലാം കുടലിന്റെ ആരോഗ്യത്തിന് ഏറെ ഗുണകരമാണെന്ന് പഠനങ്ങൾ വ്യക്തമാക്കുന്നു. ഇവയിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന ഫൈബർ, വിറ്റാമിനുകൾ, ഖനിജങ്ങൾ, സൾഫർ ഘടകങ്ങൾ, ഫ്ലേവനോയിഡുകൾ എന്നിവ കുടലിലെ അണുബാധയും അണുബാധ മൂലമുള്ള കോശനാശവും കുറയ്ക്കാൻ സഹായിക്കുന്നു.
ഉദരത്തിലെ നല്ല ബാക്ടീരിയകളുടെ വളർച്ചയ്ക്ക് സഹായിക്കുന്ന പുളിപ്പിച്ച ഭക്ഷണങ്ങൾ, യോഗർട്ട്, കിഫിർ തുടങ്ങിയവയും കുടലിന്റെ പ്രവർത്തനം മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നുവെന്ന് വിദഗ്ധർ പറയുന്നു. ഇതിന് പുറമേ, നട്സുകളും സീഡ്സും ആരോഗ്യകരമായ കൊഴുപ്പുകളും ആന്റിഓക്സിഡന്റുകളും നൽകുന്ന പ്രധാന ഭക്ഷണങ്ങളാണ്. ഇവ സ്ഥിരമായി ഭക്ഷണക്രമത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തുന്നത് വൻകുടലിലെ അർബുദ സാധ്യത ഗണ്യമായി കുറയ്ക്കാൻ സഹായിക്കുമെന്നാണ് വിവിധ അന്താരാഷ്ട്ര പഠനങ്ങൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നത്.
കൊഴുപ്പും പ്രോസസ്ഡ് ഭക്ഷണവും അമിതമായി ഉപയോഗിക്കുന്ന ഇന്നത്തെ ജീവിതശൈലിയിൽ, ആരോഗ്യകരമായ ഭക്ഷണശീലങ്ങളിലേക്ക് മടങ്ങുന്നത് അനിവാര്യമാണെന്ന് ആരോഗ്യ വിദഗ്ധർ മുന്നറിയിപ്പ് നൽകുന്നു. ദിവസേനയുള്ള ഭക്ഷണത്തിൽ നാരുകൾ സമൃദ്ധമായ വിഭവങ്ങളും പ്രകൃതിദത്ത ഭക്ഷണങ്ങളും ഉൾപ്പെടുത്തുന്നത് കുടലാരോഗ്യം സംരക്ഷിക്കാനും കാൻസർ പോലുള്ള ഗുരുതര രോഗങ്ങളെ ഒരു പരിധിവരെ പ്രതിരോധിക്കാനും സഹായിക്കുമെന്നാണ് വിദഗ്ധാഭിപ്രായം.







കേരളാ ടൈംസ്

SAJ EARTH RESORT & CONVENTION CENTER



SAJ JUNCTION, NEAR COCHIN INTERNATIONAL AIRPORT,
NEDUMBASSERY, COCHIN, KERALA, INDIA – 683572
0484-2611777 sales@sajhotels.com

National Life Group®
Experience Life®

Aflac



SHIRLEY JOHN, PT PhD
LICENSED INSURANCE AGENT FOR LIFE, HEALTH AND ANNUITIES – (NY, NJ, FL, GA, NC, MD, DE)

914-255-6155 (Call/Text)
SHIRLEYJOHNPFA@GMAIL.COM

Free Consultation

NLG - For all your Life, Annuity, and IRA needs.
- Tax Free Retirement
- Life Insurance with Full Living Benefits
- College Funds with No Penalties
- Mortgage Protection
- Income Replacement
- Interest Free Loans

Aflac – For your company's supplemental insurance



CENTURY 21 ROYAL

BUYING AND SELLING
LICENSED IN NY & CT
Commitment and Exceptional Service

JITHIN VARGHESE
Associate Real Estate Broker

914 406 3873
jithin@century21royal.com
www.century21.com
697 Central Park Avenue
Scarsdale, NY 10583

NOW TAKE OUT ONLY

Salkara
AUTHENTIC INDIAN RESTAURANT



നാടൻ കപ്പ ബിരിയാണി
KAPPA BIRIYANI

Explore the Rich Flavors of Tandoori Cuisine

TODAY SPECIAL MENU

Kappa Biriyani	
Chicken Dum Biriyani [Thalassery Special]	Chicken Roast
Thattukada Chicken Fry	Beef Fry
Chicken Curry	Beef Curry
Tandoori Chicken	Fish Tawa Fry
Chicken Malai Kebab	Fish Curry
Chicken Tikka	Kappa
Chicken Hariyali Kebab	Paratha
Tandoori Mix Kebab	Chapati
Chilli Chicken	Naan

Snacks also Available

OPENING HOURS: Every Day 11.30am to 9pm

We Accept Pre-Orders

551-346-5993 | 551 221-3753

209 W Route 59, Nanuet, New York 10954

The Finest in Indian Cuisine
SPICE VILLAGE
ZAGAT SURVEY



FREE DELIVERY
Take - Out Available

GIFT CERTIFICATES AVAILABLE

ALL-YOU-CAN-EAT LUNCH BUFFET $10.95 MONDAY-FRIDAY
$15.95 SAT. & SUN. 7 DAYS. 12PM-2.30PM ONLY

SPICE VILLAGE
8 Columbus Ave. Tuckahoe . (914) 779-5400
(914) 340-8415 . Spicevillageny.com
Open 7 Days (Closed daily 2:30pm-5pm) . Buffet: Mon-Sun. Noon: 2.30pm . Extended Buffet Sat &
Lunch: Mon-Sun. Noon-2.30pm. Dinner: Sun-Thurs 5-10pm Fri & Sat 5-10.30pm
Indoor & Ourdoor Catering Services

SECURECASH

Cash Management Simplified
astest growing cash logistics provider in the New York metro regio

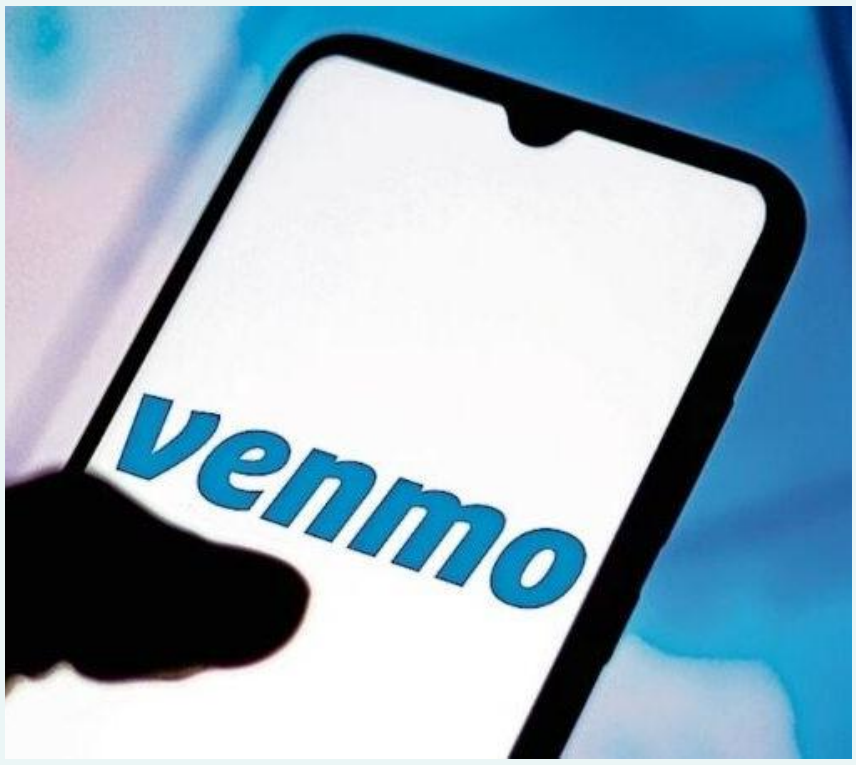
- Armored Cash-In-Transit
- ATM Servicing & Balancing
- Currency Processing
- Cash Buy & Sell Services
- Bank Inventory Services
- SmartSafe Sales and Service
- S&G and Cencon (Kaba) Lock sales



718-473-0959
www.securecashllc.com

കേരളാ ടൈംസ്

നികുതി റിട്ടേൺ ഫയൽ ചെയ്യുന്ന PayPal, Venmo ഉപയോക്താക്കൾക്ക് IRS ന്റെ ജാഗ്രതാ നിർദ്ദേശം.



വാഷിംഗ്ടൺ ഡി സി :2025-ൽ PayPal, Venmo, CashApp തുടങ്ങിയ പേയ്മെന്റ് ആപ്പുകൾ വഴി പണമിടപാടുകൾ നടത്തിയവർക്ക് അമേരിക്കൻ നികുതി ഏജൻസിയായ IRS (Internal Revenue Service) ജാഗ്രതാ നിർദ്ദേശം നൽകി.

സാധനങ്ങളോ സേവനങ്ങളോ നൽകി ഇത്തരം ആപ്പുകൾ വഴി പണം സ്വീകരിച്ചിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ, അത് നികുതി റിട്ടേണിൽ കൃത്യമായി രേഖപ്പെടുത്തണം.
ഒരു വർഷം 200-ലധികം ഇടപാടുകളിലൂടെ 20,000 ഡോളറിൽ കൂടുതൽ ലഭിച്ചിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ പേയ്മെന്റ് ആപ്പുകൾ നിങ്ങൾക്ക് 1099-K ഫോം നൽകും. എന്നാൽ ഈ പരിധിയിൽ താഴെ പണം ലഭിച്ചവർക്കും ചിലപ്പോൾ ഫോം ലഭിച്ചേക്കാം.

സുഹൃത്തുക്കളിൽ നിന്നോ കുടുംബാംഗങ്ങളിൽ നിന്നോ ലഭിക്കുന്ന സമ്മാനങ്ങൾ, വ്യക്തിപരമായ ചെലവുകൾ പങ്കിടുമ്പോൾ ലഭിക്കുന്ന പണം (ഉദാഹരണത്തിന് ഭക്ഷണത്തിന്റെ ബില്ല് പങ്കിടുന്നത്) എന്നിവയ്ക്ക് നികുതി നൽകേണ്ടതില്ല.

ഇത്തരം വ്യക്തിപരമായ ഇടപാടുകൾ നടത്തുമ്പോൾ ആപ്പുകളിൽ അവ 'Non-Business' എന്ന് അടയാളപ്പെടുത്തുന്നത് ഭാവിയിൽ ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ ഒഴിവാക്കാൻ സഹായിക്കുമെന്ന് IRS നിർദ്ദേശിക്കുന്നു.

ചുരുക്കത്തിൽ, നിങ്ങൾക്ക് 1099-K ഫോം ലഭിച്ചാലും ഇല്ലെങ്കിലും, ബിസിനസ് സംബന്ധമായ എല്ലാ വരുമാനവും നികുതിക്കായി റിപ്പോർട്ട് ചെയ്യേണ്ടത് നിർബന്ധമാണ്.





കേരളാ ടൈംസ്



സഭാ തിരഞ്ഞെടുപ്പും വരുംതലമുറയും: അധികാരക്കസേരകൾക്കിടയിൽ നഷ്ടമാകുന്ന ആത്മീയത

പി. പി. ചെറിയാൻ



പ്രാർത്ഥനയുടെ നിർമ്മലതയും സ്നേഹത്തിന്റെ ഐക്യവും നിറഞ്ഞുനിൽക്കേണ്ട സഭാ അങ്കണങ്ങൾ ഇന്ന് പലപ്പോഴും പോർവിളികളുടെയും അധികാര തർക്കങ്ങളുടെയും വേദിയായി മാറുകയാണ്. സഭയ്ക്കുള്ളിലെ 'ഡേർട്ടി പൊളിറ്റിക്സ്' അഥവാ ചതുരംഗക്കളികൾ സത്യവിശ്വാസത്തെ എത്രത്തോളം മലിനമാക്കുന്നു എന്നതിനെക്കുറിച്ച് ഗൗരവകരമായ ഒരു പുനർചിന്തനം അനിവാര്യമായിരിക്കുന്നു. മനുഷ്യസഹജമായ അഹന്തയും അധികാരമോഹവും ദൈവീകമായ 'വിശ്രമത്തിന്' തടസ്സമാകുന്ന കാഴ്ചയാണ് സമകാലിക സഭാ തിരഞ്ഞെടുപ്പുകളിൽ നാം കാണുന്നത്.

ഇന്നത്തെ സഭാ തിരഞ്ഞെടുപ്പുകളിൽ കാണുന്ന വിഭാഗീയതയും ചേരിതിരിഞ്ഞുള്ള ബഹളങ്ങളും ഒരു ജനാധിപത്യ മാതൃകയാണെന്ന് നമ്മുടെ യുവതലമുറ തെറ്റിദ്ധരിക്കരുത്. നിലവിലെ ഈ അരാജകത്വം ഒരു സ്വാഭാവികമായ രീതിയല്ല, മറിച്ച് തിരുത്തപ്പെടേണ്ട അപചയമാണെന്ന ബോധ്യം അവർക്കുണ്ടാകണം. അധികാരത്തിനുവേണ്ടിയുള്ള ഈ വടംവലികൾ വരുംതലമുറയ്ക്ക് മുന്നിൽ വരച്ചു കാട്ടുന്നത് വിഭാഗീയതയുടെ ഒരു ബ്ലൂപ്രിന്റ് ആണ്.

സഭയെന്നത് ആളുകളെ ഒരുമിപ്പിക്കേണ്ട ഇടമാണ്. എന്നാൽ സേവനമെന്ന മനോഭാവത്തിന് പകരം പദവികളോടുള്ള ആർത്തി കൂടുമ്പോൾ, അവിടെ യഥാർത്ഥ നേതൃത്വം ഇല്ലാതാകുന്നു. സാമൂഹികമായ ഐക്യം തകർക്കുന്ന ഒന്നല്ല നേതൃത്വം; മറിച്ച് തുന്നിച്ചേർക്കുന്നതാകണം.

"മനുഷ്യൻ സ്വയം 'ഹീറോ' ആകാൻ ശ്രമിക്കുന്നിടത്ത് ദൈവത്തിന് സ്ഥാനമില്ലാതാകുന്നു." സഭയിലെ രാഷ്ട്രീയത്തെക്കാൾ പ്രധാനം ആത്മീയമായ അച്ചടക്കവും വിശുദ്ധിയുമാണെന്ന് നാം തിരിച്ചറിയണം. മനുഷ്യൻ നിർമ്മിച്ച അനാവശ്യമായ ചിട്ടവട്ടങ്ങൾക്കും രാഷ്ട്രീയത്തിനും അപ്പുറം, ദൈവത്തിന്റെ സാന്നിധ്യത്തിലേക്കും പ്രകൃതിദത്തമായ ആത്മീയതയിലേക്കും തിരിച്ചുപോകേണ്ട സമയം അതിക്രമിച്ചിരിക്കുന്നു.

യഥാർത്ഥ ആത്മീയത എന്നത് പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ നിന്ന് മാറിനിൽക്കലല്ല. അതിനെക്കുറിച്ച് മനോഹരമായ ഒരു നിരീക്ഷണമുണ്ട്:"യഥാർത്ഥ വിശ്രമം എന്നത് ജോലിയുടെ അഭാവമല്ല, മറിച്ച് ജോലിക്കിടയിലും അനുഭവിക്കുന്ന ദൈവസാന്നിധ്യമാണ്."

സങ്കീർത്തനങ്ങൾ 133:1 ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നത് പോലെ, "സഹോദരങ്ങൾ ഒത്തൊരുമിച്ചു വസിക്കുന്നത് എത്ര ശുഭവും എത്ര മനോഹരവും ആകുന്നു." നേതൃത്വം എന്നത് കേവലം പദവിയല്ല, മറിച്ച് ശുശ്രൂഷയാണെന്ന ക്രിസ്തീയ ദർശനം ഓരോ വിശ്വാസിയും നെഞ്ചേറ്റണം. വിഭജനത്തിന്റെ ഈ പാറ്റേണുകൾ ഭാവിയിൽ ആവർത്തിക്കപ്പെടാതിരിക്കുക എന്നതാണ് നമ്മുടെ ലക്ഷ്യം.

കലുഷിതമായ തിരഞ്ഞെടുപ്പ് രാഷ്ട്രീയത്തിനിടയിലും ദൈവീകമായ ആത്മീയ സ്വസ്ഥത കണ്ടെത്താൻ വിശ്വാസികൾക്ക് സാധിക്കണം. അധികാരക്കസേരകളേക്കാൾ വലുതാണ് ആത്മരക്ഷയെന്നും, ബഹളങ്ങളേക്കാൾ വലുതാണ് വിശുദ്ധിയെന്നും വരുംതലമുറയെ പഠിപ്പിക്കാൻ നമുക്ക് കഴിയണം. സഭ അതിന്റെ ആത്മീയ അടിത്തറയിലേക്ക് മടങ്ങിപ്പോകട്ടെ.





കേരളാ ടൈംസ്

SELLING YOUR HOUSE? or BUYING A NEW HOME?





Serving New York Specialized in Queens & Nassau Counties



Mathew Thomas
ബാബു ചക്കുങ്കൽ
(Licensed Real Estate Broker)
Notary Public

Cell : 917.539.1652
Office : 718.831.0100
Fax : 718.831.0170

"For a Better Lifestyle"

CROSS ISLAND REALTY ONE, INC.
250-14A, Hillside Avenue, Bellerose, New York 11426
Email: crossislandrealtymathew@yahoo.com

• RESIDENTIAL • RENTALS • COMMERCIAL SALES

Physical therapy
WEST NYACK SPORTS MEDICINE

PHYSIATRIST AVAILABLE

WE BELIEVE IN TREATMENT THROUGH A COMPREHENSIVE APPROACH
by using the least amount of medication to get you better

SAJAN AUGUSTINE P.T.

TYPES OF THERAPY WE PROVIDE

NO MORE PAIN

+ Pain Management
+ Knee Pain
+ Back Pain
+ Neck Pain
+ Shoulder Pain
+ Orthopedic
+ Rehabilitation
+ Physiatry
+ Sports Injuries







WE ACCEPT
MEDICARE, MEDICAID & ALL OTHER MAJOR INSURANCES

CALL FOR APPOINTMENT
(845) 358-0019
369 SOUTH MAIN ST, NEWCITY, NY 10956, US

For additional details regarding enrollment, jobs, or general inquiries, please get in touch with Abylash J. George at 201-707-7895.

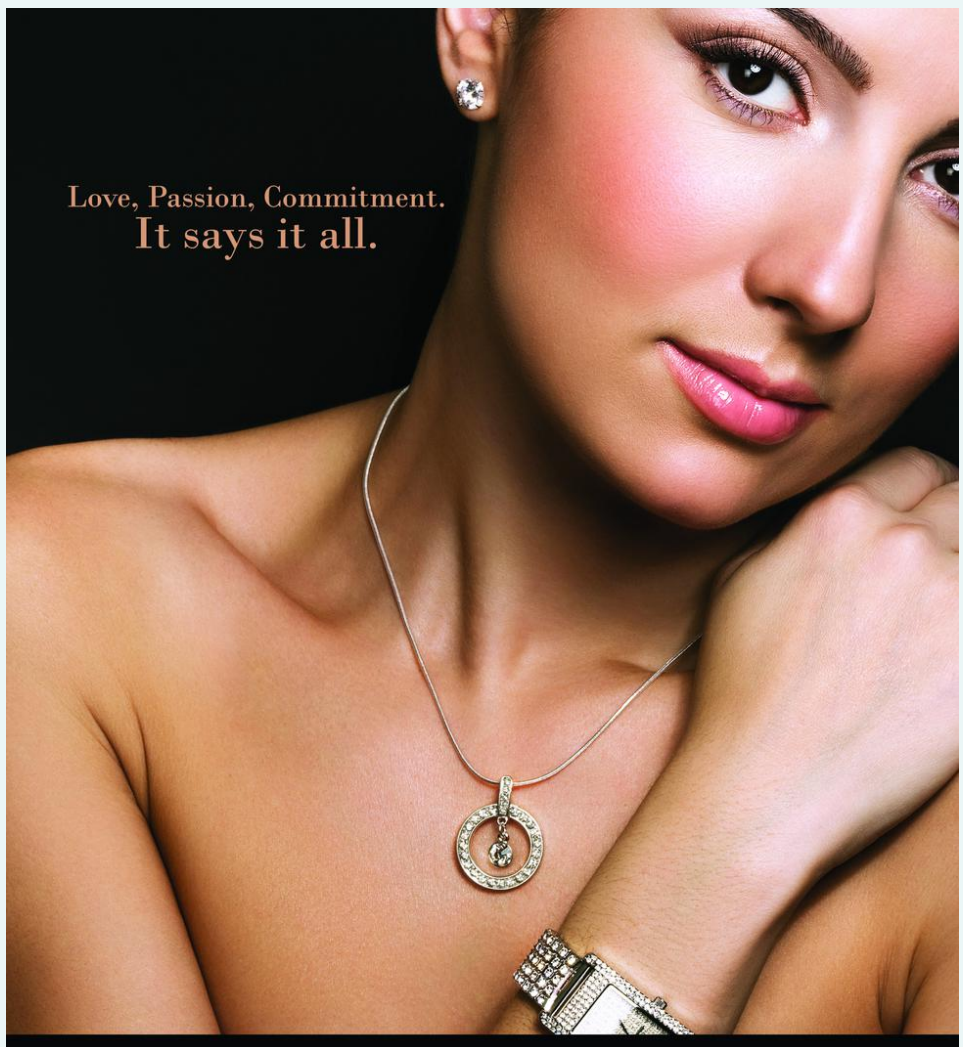
Eastwick College
RANKED AMONG
Top 100
Colleges in the U.S.[1]
Best Value (ROI)

[1] Based on a study by Georgetown University using data from two-ye-year colleges across the nation

· NO REGISTRATION FEE
· HYBRID BSN CLASSES
· FINANCIAL AID AVAILABLE[2]
· FREE BOOKS AND LAPTOP[3]
· FREE TEAS TESTING[3]
· ACCELERATED DEGREES

[1] Financial aid is avallable to those who quallty
[3] Applicants to the TEAS hursing class must complete nd an entrance examination
[2] Associate and Technical Track programs are exclusively offered at Eastwick College

Eastwick College eastwick.edu 1-866-EASTWICK



Vincenté Jewelers
"where trust and service counts"
25 ATLANTIC AVENUE, FREEPORT, NY 11520,

കേരളാ ടൈംസ്

മൂന്ന് ദിവസത്തിനകം പാസ്പോർട്ട് കൈയിൽ; അടിയന്തര വിദേശയാത്രക്കാർക്ക് തത്കാൽ സേവനം ആശ്വാസം



വിദേശയാത്രകൾ പലപ്പോഴും അപ്രതീക്ഷിതമായി വരാം. അടിയന്തര ബിസിനസ് മീറ്റിങ്ങുകൾ, വിദേശത്തുള്ള ബന്ധുക്കളുടെ ചടങ്ങുകൾ, ജോലിഇന്റർവ്യൂകൾ എന്നിവയൊക്കെയായി പെട്ടെന്ന് രാജ്യം വിടേണ്ട സാഹചര്യം ഉണ്ടായാൽ ഏറ്റവും ആദ്യം ആവശ്യമായത് പാസ്പോർട്ടാണ്. എന്നാൽ സാധാരണ രീതിയിൽ അപേക്ഷിച്ചാൽ പാസ്പോർട്ട് ലഭിക്കാൻ 30 മുതൽ 45 ദിവസം വരെ കാത്തിരിക്കേണ്ടി വരാറുണ്ട്. ഇത്തരത്തിലുള്ള അടിയന്തര ഘട്ടങ്ങളിൽ ആശ്വാസമാകുന്നത് തത്ക്കാൽ പാസ്പോർട്ട് സംവിധാനമാണ്.

പേര് സൂചിപ്പിക്കുന്നതുപോലെ തന്നെ, വളരെ വേഗത്തിൽ നടപടിക്രമങ്ങൾ പൂർത്തിയാക്കി 1 മുതൽ 3 ദിവസത്തിനുള്ളിൽ പാസ്പോർട്ട് ലഭ്യമാക്കുന്ന സംവിധാനമാണ് തത്ക്കാൽ. സാധാരണ അപേക്ഷയിൽ പൊലീസ് പരിശോധന പൂർത്തിയായ ശേഷം മാത്രമാണ് പാസ്പോർട്ട് പ്രിന്റ് ചെയ്ത് അയക്കുന്നത്. എന്നാൽ തത്ക്കാൽ അപേക്ഷയിൽ പോസ്റ്റ് പൊലീസ് വെരിഫിക്കേഷൻ രീതിയാണ് പിന്തുടരുന്നത്. അതായത്, ആദ്യം പാസ്പോർട്ട് അപേക്ഷകനു കൈമാറുകയും പിന്നീട് പൊലീസ് പരിശോധന നടത്തുകയും ചെയ്യുന്നു. അത്യാവശ്യ സാഹചര്യങ്ങളിൽ യാത്ര ചെയ്യുന്നവർക്ക് ഇത് വലിയ സഹായമാണ്. എന്നാൽ പാസ്പോർട്ട് സേവാ കേന്ദ്രത്തിൽ ഹാജരാകുമ്പോൾ സമർപ്പിക്കുന്ന രേഖകളിൽ ഉദ്യോഗസ്ഥർക്ക് പൂർണ ബോധ്യം വരണം.

തത്ക്കാൽ പാസ്പോർട്ടിന് അപേക്ഷിക്കുമ്പോൾ രേഖകളുടെ കാര്യത്തിൽ കൂടുതൽ കർശനതയുണ്ട്. 18 വയസ്സിന് മുകളിലുള്ളവർ സർക്കാർ അംഗീകൃതമായ മൂന്ന് തിരിച്ചറിയൽ രേഖകൾ നിർബന്ധമായും ഹാജരാക്കണം. ആധാർ കാർഡ്, പാൻ കാർഡ്, വോട്ടർ ഐഡി, ഡ്രൈവിങ് ലൈസൻസ്, ബാങ്ക് പാസ്ബുക്ക്, റേഷൻ കാർഡ്, ജനന സർട്ടിഫിക്കറ്റ് എന്നിവ ഉൾപ്പെടെയുള്ള അംഗീകൃത പട്ടികയിൽ നിന്ന് ഏതെങ്കിലും മൂന്നെണ്ണം നൽകാം. ഇതിൽ ഒരെണ്ണമെങ്കിലും ഫോട്ടോ പതിച്ചതും വിലാസം തെളിയിക്കുന്നതുമായിരിക്കണം. സാധാരണയായി ആധാർ, പാൻ, വോട്ടർ ഐഡി എന്നിവയാണ് അപേക്ഷകർ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നത്.

എന്നാൽ എല്ലാവർക്കും തത്ക്കാൽ സേവനം ലഭ്യമല്ല. ചില സംസ്ഥാനങ്ങളിൽ താമസിക്കുന്നവർക്കും, വിദേശത്ത് പാസ്പോർട്ട് നഷ്ടപ്പെട്ട് സർക്കാർ ചെലവിൽ തിരിച്ചെത്തിക്കപ്പെട്ടവർക്കും, പേരിലോ മാതാപിതാക്കളുടെ പേരിലോ തിരുത്തൽ ആവശ്യപ്പെടുന്നവർക്കും, ലിംഗമാറ്റം അല്ലെങ്കിൽ രൂപമാറ്റം രേഖപ്പെടുത്താൻ അപേക്ഷിക്കുന്നവർക്കും ഈ സേവനം അനുവദിക്കാറില്ല. ദത്തെടുത്ത കുട്ടികൾക്കും മാതാപിതാക്കൾ വേർപിരിഞ്ഞതുപോലുള്ള സങ്കീർണ്ണ സാഹചര്യങ്ങളിലുള്ള മൈനർ കുട്ടികൾക്കും സാധാരണ രീതിയിലാണ് അപേക്ഷിക്കേണ്ടത്. മേൽവിലാസവും നിലവിലെ താമസസ്ഥലവും തമ്മിൽ വ്യത്യാസമുണ്ടെങ്കിലും അപേക്ഷ നിരസിക്കപ്പെടാൻ സാധ്യതയുണ്ട്.

ഫീസിന്റെ കാര്യത്തിലും തത്ക്കാൽ സേവനം സാധാരണ അപേക്ഷയെക്കാൾ ചെലവേറിയതാണ്. സാധാരണ 36 പേജുള്ള പാസ്പോർട്ടിന് 1500 രൂപയാണെങ്കിൽ തത്ക്കാലിന് 2000 രൂപ അധികമായി നൽകണം. അതായത് ആകെ 3500 രൂപ ചെലവ് വരും. 60 പേജുള്ള പാസ്പോർട്ടിന് 4000 രൂപ വരും. 15 വയസ്സിന് താഴെയുള്ള കുട്ടികൾക്ക് സാധാരണ ഫീസ് 1000 രൂപയായപ്പോൾ തത്ക്കാൽ വഴി അപേക്ഷിച്ചാൽ 3000 രൂപയായി ഉയരും. ഓൺലൈനായി അപേക്ഷിക്കുമ്പോൾ അടിസ്ഥാന ഫീസ് അടച്ചാൽ മതിയാകും. ശേഷിക്കുന്ന തുക അപ്പോയിന്റ്മെന്റ് ദിവസത്തിൽ പാസ്പോർട്ട് സേവാ കേന്ദ്രത്തിൽ അടയ്ക്കാം.

അപേക്ഷ പ്രക്രിയ സാധാരണ അപേക്ഷയോടു സാമ്യമുള്ളതാണ്. പാസ്പോർട്ട് സേവാ വെബ്സൈറ്റിൽ രജിസ്റ്റർ ചെയ്ത് അപേക്ഷ പൂരിപ്പിക്കുമ്പോൾ ‘Tatkaal’ സ്കീം തിരഞ്ഞെടുക്കണം. ആവശ്യമായ രേഖകൾ അപ്ലോഡ് ചെയ്ത് ഫീസ് അടച്ച് അപ്പോയിന്റ്മെന്റ് ബുക്ക് ചെയ്യാം. നിശ്ചിത സമയത്ത് പാസ്പോർട്ട് സേവാ കേന്ദ്രത്തിൽ എത്തി അപേക്ഷയുടെ പ്രിന്റൗട്ടും ഒറിജിനൽ രേഖകളും സമർപ്പിക്കണം. രേഖകൾ പരിശോധിച്ച് അംഗീകരിച്ചാൽ പാസ്പോർട്ട് അടുത്ത ദിവസം തന്നെ പ്രിന്റ് ചെയ്ത് സ്പീഡ് പോസ്റ്റിലൂടെ അയക്കും. തുടർന്ന് മൂന്നാമത്തെ പ്രവൃത്തി ദിവസത്തിനുള്ളിൽ പൊലീസ് പരിശോധന ആരംഭിക്കും.

ചികിത്സ, മരണം, ബിസിനസ് ആവശ്യങ്ങൾ തുടങ്ങിയ അടിയന്തര സാഹചര്യങ്ങളിൽ പാസ്പോർട്ട് ഉടൻ ആവശ്യമായ ഇന്ത്യൻ പൗരന്മാർക്ക് തത്ക്കാൽ സംവിധാനം വലിയ ആശ്വാസമാണ്. സമയബന്ധിതമായി യാത്ര ചെയ്യേണ്ട സാഹചര്യങ്ങളിൽ ടെൻഷൻ കുറച്ച് വേഗത്തിൽ പാസ്പോർട്ട് ലഭ്യമാക്കുന്ന സംവിധാനമായി ഇത് മാറിയിരിക്കുകയാണ്.



വെബ്സൈറ്റിൽ റജിസ്റ്റർ ചെയ്യാം

ആദ്യം പാസ്പോർട്ട് സേവാ വെബ്സൈറ്റിൽ (Passport Seva Website) റജിസ്റ്റർ ചെയ്യുക. പേര്, ഇമെയിൽ, മൊബൈൽ നമ്പർ എന്നിവ നൽകി അക്കൗണ്ട് തുടങ്ങാം. ഈ ലോഗിൻ വിവരങ്ങൾ സൂക്ഷിച്ചുവയ്ക്കണം.

കേരളാ ടൈംസ്



സിനിമ വിശേഷങ്ങൾ

ഹിന്ദി ‘ദൃശ്യം 3’യിൽ പ്രകാശ് രാജ്; മലയാളത്തിലും ഉണ്ടാകുമോ പുതിയ കഥാപാത്രം?



മോഹൻലാൽ നായകനായ ‘ദൃശ്യം 3’യുടെ മലയാള പതിപ്പിന്റെ ചിത്രീകരണം പൂർത്തിയായിരിക്കെ ഹിന്ദി പതിപ്പിന്റെ ഷൂട്ടിംഗ് പുരോഗമിക്കുകയാണ്. ജീത്തു ജോസഫ് സംവിധാനം ചെയ്യുന്ന ചിത്രം ഏപ്രിൽ 2ന് മലയാളത്തിൽ റിലീസിന് എത്തും. അതിന് കൃത്യം ആറു മാസം പിന്നിട്ട് ഒക്ടോബർ 2ന് ഹിന്ദി പതിപ്പും തിയറ്ററുകളിൽ എത്തും. മലയാളത്തിലെ അതേ കഥാ പശ്ചാത്തലം നിലനിർത്തിയാണ് ഹിന്ദി പതിപ്പും ഒരുക്കുന്നത്.

ഇതിനിടെ ‘ദൃശ്യം 3’ ഹിന്ദി പതിപ്പിന്റെ താരനിരയിൽ പ്രമുഖ നടൻ പ്രകാശ് രാജ് ചേർന്നതായി വാർത്ത പുറത്ത് വന്നിട്ടുണ്ട്. സിനിമയുടെ ചിത്രീകരണത്തിൽ താൻ പങ്കെടുത്ത് തുടങ്ങിയതായി പ്രകാശ് രാജ് സോഷ്യൽ മീഡിയയിലൂടെ അറിയിക്കുകയായിരുന്നു. “പിടിച്ചിരുത്തുന്ന ഒരു ഫ്രാഞ്ചൈസി, ഹിന്ദി ദൃശ്യം 3-ൽ അഭിനയിച്ചുതുടങ്ങി. മനോഹരമായ ഒരു ടീമിനൊപ്പം അവതരിപ്പിക്കാൻ ഉജ്ജ്വലമായ ഒരു കഥാപാത്രമാണ്. നിങ്ങൾ ഇത് ഇഷ്ടപ്പെടുമെന്ന് എനിക്ക് ഉറപ്പുണ്ട്,” എന്നാണ് അദ്ദേഹത്തിന്റെ കുറിപ്പ്. കൂടാതെ താൻ മറ്റാരുടെയും പകരക്കാരനായി എത്തിയതല്ലെന്നും അദ്ദേഹം തമാശരൂപേണ വ്യക്തമാക്കിയിട്ടുണ്ട്.

അടുത്തിടെ പ്രഭാസ് നായകനായ ‘സ്പിരിറ്റ്’ എന്ന ചിത്രത്തിൽ നിന്ന് പ്രകാശ് രാജ് ഒഴിവാക്കിയെന്ന തരത്തിൽ പ്രചാരണങ്ങൾ നടന്നിരുന്നു. അതിനോടനുബന്ധിച്ചാണ് ‘പകരക്കാരൻ’ എന്ന പരാമർശം നടത്തിയതെന്നാണ് വിലയിരുത്തൽ. ഇതോടൊപ്പം, ‘ദൃശ്യം 2’ ഹിന്ദി പതിപ്പിൽ പ്രധാന കഥാപാത്രത്തെ അവതരിപ്പിച്ച അക്ഷയ് ഖന്ന മൂന്നാം ഭാഗത്തിൽ നിന്നും പിന്മാറിയതും ശ്രദ്ധേയമാണ്. അക്ഷയ് ഖന്നയ്ക്ക് പകരക്കാരനായി പ്രകാശ് രാജ് എത്തുകയാണെന്ന തരത്തിലുള്ള അഭ്യൂഹങ്ങൾ ഒഴിവാക്കാനായാണ് താരം മുൻകൂട്ടി പ്രതികരിച്ചതെന്നും സൂചനയുണ്ട്.

ഹിന്ദി ‘ദൃശ്യം’യുടെ ആദ്യ രണ്ട് ഭാഗങ്ങളിലും പ്രകാശ് രാജ് അഭിനയിച്ചിരുന്നില്ല. അതിനാൽ മൂന്നാം ഭാഗത്തിൽ അദ്ദേഹം ഒരു പുതിയ കഥാപാത്രത്തെ അവതരിപ്പിക്കുമെന്നതാണ് സൂചന. മലയാള പതിപ്പിലും പുതിയ കഥാപാത്രങ്ങൾ ഉണ്ടാകുമെന്ന് അണിയറ പ്രവർത്തകർ മുൻപ് വ്യക്തമാക്കിയിരുന്നു. പ്രകാശ് രാജ് ഹിന്ദിയിൽ അവതരിപ്പിക്കുന്ന കഥാപാത്രം മലയാളത്തിലും ഉണ്ടാകുമോ എന്ന ആകാംക്ഷയിലാണ് ആരാധകർ.





കഴുത്തിലെ മഞ്ഞ പാച്ച് സർജറിയല്ല; മോഷൻ സിക്ക്നെസ് പാച്ചെന്ന് വ്യക്തീകരണം, ആശങ്കകൾക്ക് വിരാമം



നടി മഞ്ജു വാരിയരുടെ കഴുത്തിൽ കാണപ്പെട്ട മഞ്ഞ നിറത്തിലുള്ള പാച്ചിനെ ചൊല്ലിയുണ്ടായിരുന്ന ആരാധകരുടെ ആശങ്കകൾക്ക് ഒടുവിൽ വിരാമമായി. കഴിഞ്ഞ ദിവസം ഭാവന നായികയായ ‘അനോമി’ എന്ന ചിത്രത്തിന്റെ പ്രദർശനം കാണാൻ എത്തിയ മഞ്ജുവിന്റെ ദൃശ്യങ്ങൾ സാമൂഹ്യമാധ്യമങ്ങളിൽ വൈറലായതോടെയാണ് ചർച്ചകൾക്ക് തുടക്കമായത്. താരത്തിന്റെ കഴുത്തിൽ ഒട്ടിച്ചിരുന്ന പാച്ച് ശ്രദ്ധയിൽപ്പെട്ടതോടെ ശസ്ത്രക്രിയയ്ക്ക് വിധേയയായോ എന്ന തരത്തിലുള്ള പ്രചാരണങ്ങൾ പ്രചരിച്ചിരുന്നു.

എന്നാൽ ഇത് ശസ്ത്രക്രിയയുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ഒന്നല്ലെന്നും മോഷൻ സിക്ക്നെസ് പാച്ചാണെന്നും പിന്നീട് വ്യക്തമായി. യാത്രകളിൽ അനുഭവപ്പെടുന്ന തലകറക്കം, ഛർദ്ദി, അസ്വസ്ഥത തുടങ്ങിയ പ്രശ്നങ്ങൾ ഒഴിവാക്കാനാണ് ഇത്തരം പാച്ചുകൾ ഉപയോഗിക്കുന്നത്. സാധാരണയായി ചെവിയുടെ പുറകിലോ കഴുത്തിലോ ഒട്ടിക്കുന്ന ഈ പാച്ചുകളിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന മരുന്ന് ചർമ്മത്തിലൂടെ ശരീരത്തിലേക്ക് സാവധാനം പ്രവേശിച്ച് ആന്തരിക കർണ്ണത്തിന്റെ ബാലൻസ് നിയന്ത്രിക്കുകയാണ് ചെയ്യുന്നത്.

ഭാവന പ്രധാന വേഷത്തിലെത്തിയ ത്രില്ലർ ചിത്രം ‘അനോമി’യുടെ പ്രദർശനം കഴിഞ്ഞ് മടങ്ങുന്ന മഞ്ജുവിന്റെ ദൃശ്യങ്ങളാണ് വൈറലായത്. വെള്ള നിറത്തിലുള്ള പ്രിന്റഡ് ടി-ഷർട്ടും പാന്റ്സും ധരിച്ച് സ്റ്റൈലിഷ് ലുക്കിലായിരുന്നു താരം. റഹ്മാൻ ഉൾപ്പെടെ പ്രമുഖർ അഭിനയിച്ച ചിത്രത്തിന്റെ റിലീസിനോടനുബന്ധിച്ചായിരുന്നു മഞ്ജുവിന്റെ സാന്നിധ്യം.
ഇതിനിടെ മഞ്ജുവും ഭാവനയും തമ്മിലുള്ള സൗഹൃദവും സിനിമാ ലോകത്ത് വീണ്ടും ചർച്ചയാവുകയാണ്. ആരോഗ്യപ്രശ്നങ്ങളൊന്നുമില്ലെന്ന വിവരം പുറത്തുവന്നതോടെ ആരാധകർ ആശ്വാസത്തിലാണ്.

കേരള ടൈംസ്

ഗംഭീര തിരക്കഥ; 'മണവാളൻ ജോസഫ്' ക്രിസ്റ്റസ് സ്റ്റീഫനും ഷിവാഗോ തോമസും ചേർന്ന് സംവിധാനം ചെയ്യും



കൊച്ചി: ജനശ്രദ്ധയാകർഷിച്ച തിരക്കഥ 'മേൽപ്പാലം' രചയിതാവ് ഷിവാഗോ തോമസിന്റെ പുതിയ സിനിമയായ 'മണവാളൻ ജോസഫ്' അദ്ദേഹവും ക്രിസ്റ്റസ് സ്റ്റീഫനും ചേർന്ന് സംവിധാനം ചെയ്യും. ലയൺ ഹാർട്ട് പ്രൊഡക്ഷൻസ് ബാനറിൽ ഒരുക്കി വൻവിജയമായ മറാത്തി ചിത്രം "തൂ മാസാ കിനാര"ഒരുക്കിയ മലയാളി സംവിധായകനാണ് ക്രിസ്റ്റസ് സ്റ്റീഫൻ. സിനിമയുടെ അണിയറ പ്രവർത്തനങ്ങൾ തുടങ്ങിയതായി സംവിധായകർ അറിയിച്ചു. നിരവധി ശ്രദ്ധേയ സിനിമകളിൽ ഛായാഗ്രഹണം നിർവഹിച്ച് ശ്രദ്ധ നേടിയ എൽദോ ഐസക് ചിത്രത്തിന് ക്യാമറ ഒരുക്കും.

ഒരു ഇമോഷണൽ ക്രൈം ഡ്രാമ എന്ന നിലയിൽ പ്രസിദ്ധീകരിക്കപ്പെട്ട ഈ കൃതി, അതിന്റെ ശക്തമായ സിനിമാറ്റിക് വായനാനുഭവം കൊണ്ടുതന്നെ ശ്രദ്ധ നേടിയിരിക്കുകയാണ്. തൃശൂർ ജില്ലയിലെ പുതുക്കാട് റെയിൽവേ സ്റ്റേഷനോടു ചേർന്ന റെയിൽവേ ഗേറ്റ് ഒരു ജനതയുടെ ജീവിതത്തിൽ സൃഷ്ടിക്കുന്ന പ്രതിസന്ധികളെ ആസ്പദമാക്കി ഒരുക്കിയിരിക്കുന്ന ഈ തിരക്കഥ, കൊലപാതകങ്ങളും അന്വേഷണങ്ങളും അപ്രതീക്ഷിത വഴിത്തിരിവുകളും ചേർത്ത് മുന്നേറുന്നു. ഓരോ രംഗത്തിലും വായനക്കാരനെ പിടിച്ചിരുത്താൻ കഴിയുന്ന തരത്തിലാണ് തിരക്കഥയുടെ ഘടന.

കെ. സീറോ പബ്ലിക്കേഷൻ മുഖേന പുറത്തിറങ്ങിയ "മേൽപ്പാലം" 330 പേജുകളിലായി പ്രസിദ്ധീകരിക്കപ്പെട്ടതാണ്. കവർ ഡിസൈൻ വിനായക് ശിവ, തിരക്കഥ രൂപകല്പന സഫ്വാൻ ബിച്ചാവ, പ്രൂഫ് റീഡിംഗ് ആതിര എന്നിവർ നിർവഹിച്ചു. സംഭാഷണരചനയിൽ എഡിസൺ തോമസ് ഷിവാഗോ തോമസിനൊപ്പം പങ്കാളിയായി.
ഈ തിരക്കഥയുടെ വിവരണക്കുറിപ്പ് ഇ. സന്തോഷ് കുമാർ, ബിപിൻ ചന്ദ്രൻ, ബി. കെ. ഹരിനാരായണൻ, ടി. ഡി. രാമകൃഷ്ണൻ എന്നിവർ തയ്യാറാക്കിയിട്ടുണ്ട്. പ്രമുഖ നടൻ ടോവിനോ തോമസ് കവർപേജ് റിലീസ് ചെയ്ത ഈ കൃതി, വാക്കുകൾകൊണ്ട് ദൃശ്യങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കുന്നതിൽ ശ്രദ്ധേയമാണ്.
'മണവാളൻ ജോസഫി'ന്റെ കുടുതൽ വിശേഷങ്ങൾ ഉടനെ പുറത്തുവിടുമെന്ന് അണിയറ പ്രവർത്തകർ അറിയിച്ചു.

കൃഷാന്ദ് ചിത്രം 'മസ്തിഷ്ക മരണം: സൈമൺസ് മെമ്മറീസ്' ആഗോള റിലീസ് ഫെബ്രുവരി 27 ന്



കൃഷാന്ദ് ഒരുക്കിയ പുതിയ ചിത്രം മസ്തിഷ്ക മരണം: സൈമൺസ് മെമ്മറീസിന്റെ റിലീസ് തീയതി പുറത്ത്. 2026, ഫെബ്രുവരി 27 ന് ആണ് ചിത്രം ആഗോള തലത്തിൽ തീയേറ്ററുകളിൽ എത്തുക. അജിത് വിനായക ഫിലിംസിന്റെ ബാനറിൽ വിനായക അജിത് ആണ് ചിത്രം നിർമ്മിക്കുന്നത്. മസ്തിഷ്ക മരണം- എ ഫ്രാങ്കെന്‌ബൈറ്റിങ് ഓഫ് സൈമൺസ് മെമ്മറീസ് എന്നാണ് ചിത്രത്തിന്റെ മുഴുവൻ ടൈറ്റിൽ. ആവാസവ്യൂഹം, പുരുഷ പ്രേതം എന്നീ വൻ പ്രേക്ഷക- നിരൂപക പ്രശംസ നേടിയ ചിത്രങ്ങൾക്ക് ശേഷം കൃഷാന്ദ് രചിച്ചു സംവിധാനം ചെയ്യുന്ന ഈ ചിത്രം, 'ഗഗനചാരി' എന്ന ചിത്രത്തിന് ശേഷം അജിത് വിനായക ഫിലിംസ്, കൃഷാന്ദ് ഫിലിംസ് എന്നിവർ ഒന്നിക്കുന്ന സയൻസ് ഫിക്ഷൻ ചിത്രം കൂടിയാണ്. 2046 കാലഘട്ടത്തിൽ കഥ പറയുന്ന ഒരു സയൻസ് ഫിക്ഷൻ ഇൻവെസ്റ്റിഗേഷൻ കോമഡി ചിത്രമായാണ് ഇതൊരുക്കിയിരിക്കുന്നത്.

ചിത്രത്തിന്റെ 2 ടീസറുകൾ ഇതിനോടകം പുറത്ത് വരികയും, വലിയ പ്രേക്ഷക ശ്രദ്ധ നേടുകയും ചെയ്തിരുന്നു. തദ്ദേശീയമായ പശ്ചാത്തലത്തിൽ, സയൻസ് ഫിക്ഷന്റെ ഏറെ മാഡ്നെസ്സ് നിറഞ്ഞ ഒരു അവതരണ ശൈലിയാണ് ചിത്രം സ്വീകരിച്ചിരിക്കുന്നതെന്ന് ടീസറുകൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നു. ഫ്യൂച്ചറിസ്റ്റിക് നിയോ നോയിർ മൂഡ് നിലനിർത്തുന്ന ചിത്രത്തിന്, അന്താരാഷ്ട്ര സിനിമകളുടെ നിലവാരമുള്ള ദൃശ്യഭാഷയാണുള്ളത് എന്നതും ടീസർ ദൃശ്യങ്ങൾ കാണിച്ചു തരുന്നുണ്ട്. 2046 ലെ കൊച്ചി നഗരത്തിന്റെ (നിയോ കൊച്ചി) പശ്ചാത്തലത്തിലാണ് ചിത്രം അവതരിപ്പിക്കുന്നത്.

ചിത്രത്തിലെ ഗാനങ്ങളും സൂപ്പർ ഹിറ്റായിട്ടുണ്ട്. ചിത്രത്തിൽ നിന്ന് ആദ്യം പുറത്തു വന്ന "കോമള താമര" എന്ന ഗാനവും, പിന്നീട് എത്തിയ "ആരാധകൻ" എന്ന ഗാനവും ഇപ്പോൾ സമൂഹ മാധ്യമങ്ങളിൽ വൈറലാണ്. ഏറെ വ്യത്യസ്തമായ മേക്കിങ് ശൈലി ആണ് ചിത്രത്തിന്റേത് എന്ന് ഈ ഗാനങ്ങളും സൂചിപ്പിക്കുന്നുണ്ട്. മലയാള പ്രേക്ഷകർ ഇതുവരെ കാണാത്ത ശൈലിയിൽ ആണ് ഗാനങ്ങൾ അവതരിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നത്. മലയാള സിനിമയിൽ ഇത് വരെ കാണാത്ത രീതിയിലുള്ള കഥ പറച്ചിൽ ആണ് ചിത്രത്തിൽ ഉണ്ടാവുക എന്നും ടീസറുകളും ഗാനങ്ങളും സൂചന നൽകുന്നുണ്ട്.
വിഎഫ്എക്സിനു വലിയ പ്രാധാന്യമുള്ള രീതിയിലാണ് ചിത്രം ഒരുക്കിയിരിക്കുന്നത്. ലോക, ബ്ലേഡ് റണ്ണർ പോലെയുള്ള ചിത്രങ്ങളുടേത് പോലെ ഒരു വ്യത്യസ്തമായ കഥാലോകം ആണ് ഈ ചിത്രത്തിലൂടെ ഒരുക്കുന്നതെന്നും, ഇതിന്റെ രണ്ടാം ഭാഗത്തിന്റെ ചിത്രീകരണം ഈ വർഷം ജൂലൈയിൽ ആരംഭിക്കും എന്നും ആണ് റിപ്പോർട്ട്.

രജിഷ വിജയൻ, നിരഞ്ജ് മണിയൻ പിള്ള രാജു, ജഗദീഷ്, സുരേഷ് കൃഷ്ണ, നന്ദു, ദിവ്യ പ്രഭ, ആൻ ജമീല സലീം, ശാന്തി ബാലചന്ദ്രൻ, വിഷ്ണു അഗസ്ത്യ, ശംഭു, സായ് ഗായത്രി, ശ്രീനാഥ് ബാബു, മനോജ് കാന, ഷിൻസ് ഷാൻ, മിഥുൻ വേണുഗോപാൽ, സച്ചിൻ ജോസഫ്, ആഷ്ലി ഐസക്, അനൂപ് മോഹൻദാസ്, ജയിൻ ആൻഡ്രൂസ് എന്നിവർ നിർണ്ണായക വേഷങ്ങൾ ചെയ്യുന്നു. ചിത്രത്തിൽ, നടൻ സഞ്ജു ശിവറാം അതിഥി താരമായും എത്തുന്നുണ്ട്. സാരേഗാമ ആണ് ചിത്രത്തിന്റെ മ്യൂസിക് അവകാശം സ്വന്തമാക്കിയത്.

ഛായാഗ്രഹണം- പ്രയാഗ് മുകുന്ദൻ, സംഗീതം- വർക്കി, എഡിറ്റർ-കൃഷാന്ദ്, ചീഫ് അസ്സോസിയേറ്റ് ഡയറക്ടർ- നിഖിൽ പ്രഭാകർ, പ്രൊജക്റ്റ് ഡിസൈനർ- രഞ്ജിത്ത് കരുണാകരൻ, കലാസംവിധാനം- കൃഷാന്ദ്, ആൽവിൻ ജോസഫ്, മേക്കപ്പ്- അർഷാദ് വർക്കല, സംഘട്ടനം- ശ്രാവൺ സത്യ, വസ്ത്രാലങ്കാരം- ദിവ്യ ജോബി, ചീഫ് അസ്സോസിയേറ്റ് സിനിമാട്ടോഗാഫി- നിഖിൽ സുരേന്ദ്രൻ, ചീഫ് എക്സിക്യൂട്ടീവ് പ്രൊഡ്യൂസർ- രാഹുൽ മേനോൻ, എക്സിക്യൂട്ടീവ് പ്രൊഡ്യൂസർ- ജയേഷ് എൽ ആർ, കളറിസ്റ്റ്- അർജുൻ മേനോൻ (കാൻപ്രോ), സ്റ്റിൽസ്- കിരൺ വി എസ്, പ്രൊഡക്ഷൻ മാനേജർ- ആരോമൽ പയ്യന്നൂർ, പിആർഒ- ശബരി

ടോക്സിക്കിന്റെ വിദേശ കരാറിന് റെക്കോർഡ് തുക; കാരണം കെജിഎഫിന്റെ വൻ വിജയമോ?, പ്രതീക്ഷയോടെ ആരാധകർ



ബോക്സ് ഓഫീസിൽ തരംഗം സൃഷ്ടിക്കുന്നതിന് മുൻപേ തന്നെ 'ടോക്സിക്' ഇന്ത്യൻ സിനിമാലോകത്തെ തന്നെ മാറ്റിമറിക്കുകയാണ്. ആന്ധ്ര-തെലങ്കാന മാർക്കറ്റിൽ ദിൽ രാജുവിന്റെ ശ്രീ വെങ്കിടേശ്വര ക്രിയേഷൻസുമായി (SVC) 120 കോടി രൂപയുടെ വിതരണ കരാർ ഒപ്പിട്ട ആദ്യ ഇതര തെലുങ്ക് ചിത്രം എന്ന നിലയിൽ ടോക്സിക് നേരത്തെ വാർത്തകളിൽ ഇടംപിടിച്ചിരുന്നു. ഇപ്പോഴിതാ ഈ ആവേശം അന്താരാഷ്ട്ര തലത്തിലേക്കും വ്യാപിച്ചിരിക്കുന്നു.

ആഗോള വിപണിയിൽ, പ്രമുഖ വിതരണക്കാരായ ഫാർസ് ഫിലിം 'ടോക്സിക്' സ്വന്തമാക്കിയതോടെ ചിത്രത്തിന്റെ പ്രീ-റിലീസ് യാത്രയിൽ മറ്റൊരു നാഴികക്കല്ല് കൂടി പിന്നിട്ടിരിക്കുകയാണ്. ഒരു ഇന്ത്യൻ സിനിമയ്ക്ക് ലഭിക്കുന്ന ഏറ്റവും ഉയർന്ന വിദേശ വിതരണ കരാറുകളിൽ ഒന്നാണിത്. 105 കോടി രൂപയാണ് കമ്മീഷൻ അടിസ്ഥാനത്തിൽ അഡ്വാൻസായി ഉറപ്പിച്ചിരിക്കുന്നത്.

ഈ റെക്കോർഡ് കരാർ ചിത്രത്തിന്റെ ഇന്ത്യൻ ഭാഷാ പതിപ്പുകൾക്ക് മാത്രമാണ്. അതായത് കന്നഡ, തമിഴ്, തെലുങ്ക്, ഹിന്ദി, മലയാളം എന്നീ പതിപ്പുകൾക്ക് മാത്രമുള്ളതാണ് എന്നത് കരാറിന്റെ മറ്റൊരു പ്രത്യേകത ആണ്. ഇതിൽ ഇംഗ്ലീഷ് പതിപ്പ് ഉൾപ്പെടുന്നില്ല. ഇന്ത്യൻ ഭാഷയിലുള്ള സിനിമയ്ക്ക് വിദേശത്തുള്ള വലിയ സ്വാധീനത്തെ അടിവരയിടുന്നതുമാണ് ഈ കരാർ.

ടോക്സിക്കിന് ലഭിക്കുന്ന ഈ വലിയ പിന്തുണയ്ക്ക് പിന്നിൽ കൃത്യമായ കാരണങ്ങളുണ്ട്. യഷിന്റെ മുൻചിത്രമായ 'കെ.ജി.എഫ്: ചാപ്റ്റർ 2' ജി.സി.സി മേഖലയിൽ ഏറ്റവും കൂടുതൽ കളക്ഷൻ നേടിയ ഇന്ത്യൻ സിനിമയായി മാറുകയും ആഗോളതലത്തിൽ വൻ വിജയമാവുകയും ചെയ്തിരുന്നു. ആ വിജയം ടോക്സിക്കിന് മുന്നിൽ പുതിയ വാതിലുകൾ തുറന്നു.



കേരളാ ടൈംസ്



ലീറ്ററിന് 28.65 കി.മീ വരെ മൈലേജ്; ഇന്ത്യൻ വിപണിയിലെ ഇന്ധനക്ഷമതയിൽ മുന്നിലുള്ള അഞ്ച് കാറുകൾ

ഇന്ത്യൻ വാഹന വിപണിയിൽ മൈലേജ് എന്നും നിർണായക ഘടകമാണ്. ഇന്ധനവില ഉയർന്ന സാഹചര്യത്തിൽ സാധാരണ ഉപഭോക്താക്കൾ കൂടുതൽ ആകർഷിക്കുന്നത് ഉയർന്ന ഇന്ധനക്ഷമത നൽകുന്ന മോഡലുകളിലേക്കാണ്. എആർഎഐ (ARAI) സാക്ഷ്യപ്പെടുത്തിയ റേറ്റിംഗുകളെ അടിസ്ഥാനമാക്കി നിലവിൽ വിപണിയിൽ ലഭ്യമായ ഏറ്റവും കൂടുതൽ മൈലേജ് നൽകുന്ന അഞ്ച് കാറുകളെ പരിചയപ്പെടാം. ഇവിടെ പെട്രോൾ, ഡീസൽ, ഹൈബ്രിഡ് പവർട്രെയിനുകളുള്ള മോഡലുകൾ മാത്രമാണ് ഉൾപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നത്.

മാരുതി സുസുക്കിയുടെ നാലാം തലമുറ സ്വിഫ്റ്റ് ഈ പട്ടികയിൽ ഇടംപിടിക്കുന്ന പ്രധാന മോഡലാണ്. 1.2 ലീറ്റർ, ത്രീ സിലിണ്ടർ Z സീരീസ് പെട്രോൾ എൻജിനാണ് പുതിയ സ്വിഫ്റ്റിനുള്ളത്. മാനുവൽ പതിപ്പിന് ലിറ്ററിന് 24.80 കിലോമീറ്ററും ഓട്ടമാറ്റിക്കിന് 25.75 കിലോമീറ്ററുമാണ് എആർഎഐ സാക്ഷ്യപ്പെടുത്തിയ മൈലേജ്. മുൻ തലമുറയെ അപേക്ഷിച്ച് ഏകദേശം മൂന്ന് കിലോമീറ്ററിന്റെ വർധനവാണ് ഇന്ധനക്ഷമതയിൽ ഉണ്ടായത്. എങ്കിലും എൻജിൻ കരുത്തിൽ ചെറിയ കുറവുണ്ടായിട്ടുണ്ട്. കാര്യക്ഷമതയ്ക്കാണ് കമ്പനി കൂടുതൽ പ്രാധാന്യം നൽകുന്നതെന്ന് ഇതിലൂടെ വ്യക്തമാകുന്നു.

മാരുതി സുസുക്കി സെലേറിയോയും ഇന്ധനക്ഷമതയിൽ ശ്രദ്ധേയമാണ്. 1.0 ലീറ്റർ ഡ്യുവൽജെറ്റ് കെ10 പെട്രോൾ എൻജിനും ഭാരം കുറഞ്ഞ ഹെർട്ടെക് പ്ലാറ്റ്ഫോമും ചേർന്നതാണ് ഇതിന്റെ പ്രത്യേകത. മാനുവൽ പതിപ്പിന് ലിറ്ററിന് 25.24 കിലോമീറ്ററും ഓട്ടമാറ്റിക്കിന് 26.68 കിലോമീറ്ററുമാണ് മൈലേജ്.

ഹൈബ്രിഡ് സാങ്കേതികവിദ്യയിൽ മുന്നേറ്റം കുറിച്ച ഹോണ്ട സിറ്റി ഹൈബ്രിഡ് രാജ്യത്തെ ഏറ്റവും ഉയർന്ന മൈലേജ് നൽകുന്ന സെഡാനായി ശ്രദ്ധ നേടുന്നു. ലിറ്ററിന് 27.26 കിലോമീറ്ററാണ് എആർഎഐ അംഗീകൃത മൈലേജ്. 1.5 ലീറ്റർ അറ്റ്കിൻസൺ സൈക്കിൾ പെട്രോൾ എൻജിനും ശക്തമായ ഇലക്ട്രിക് മോട്ടോറും ചേർന്നുള്ള സ്ട്രോംഗ് ഹൈബ്രിഡ് സംവിധാനമാണ് സിറ്റിയിലേത്. സംയുക്തമായി 126 എച്ച്പി കരുത്ത് നൽകുന്ന ഈ മോഡൽ ഇ-സിവിടി ഗിയർബോക്സിലൂടെ മുൻചക്രങ്ങളിലേക്ക് കരുത്ത് കൈമാറുന്നു.

ടൊയോട്ട അർബൻ ക്രൂസർ ഹൈറൈഡറും മാരുതി സുസുക്കി ഗ്രാൻഡ് വിറ്റാരയും ഇന്ധനക്ഷമതയിൽ മുന്നിലാണ്. കമ്പനി അവകാശപ്പെടുന്ന മൈലേജ് ലിറ്ററിന് 27.97 കിലോമീറ്ററാണ്. സ്ട്രോംഗ് ഹൈബ്രിഡ് പതിപ്പിൽ 1.5 ലീറ്റർ പെട്രോൾ എൻജിനും ഇലക്ട്രിക് മോട്ടോറും സംയോജിപ്പിച്ച സംവിധാനമാണ്. കൂടാതെ മൈൽഡ് ഹൈബ്രിഡ് ഓപ്ഷനും ലഭ്യമാണ്. ഇ-സിവിടി ഓട്ടമാറ്റിക് ഗിയർബോക്സാണ് സ്ട്രോംഗ് ഹൈബ്രിഡിനൊപ്പം ലഭിക്കുന്നത്.

നിലവിൽ ഇന്ത്യൻ വിപണിയിൽ ഏറ്റവും കൂടുതൽ മൈലേജ് നൽകുന്ന മോഡലായി മാറിയിരിക്കുന്നത് മാരുതി സുസുക്കി വിക്ടോറിസാണ്. ഹൈബ്രിഡ് പതിപ്പിന് ലിറ്ററിന് 28.65 കിലോമീറ്റർ വരെ മൈലേജ് ലഭിക്കുന്നതായി കമ്പനി വ്യക്തമാക്കുന്നു. ഗ്രാൻഡ് വിറ്റാരയിലും ഹൈറൈഡറിലുമുള്ള അതേ പെട്രോൾ-ഹൈബ്രിഡ് പവർട്രെയിനാണ് ഇതിലും ഉപയോഗിച്ചിരിക്കുന്നത്. സമാന ഭാരം ഉണ്ടായിട്ടും കൂടുതൽ ഇന്ധനക്ഷമത നേടുന്ന വിക്ടോറിസ് രാജ്യത്തെ ഏറ്റവും ഉയർന്ന മൈലേജുള്ള എസ്യുവിയായി മാറിയിരിക്കുകയാണ്.

1.5 ലീറ്റർ മൈൽഡ് ഹൈബ്രിഡ് പെട്രോൾ, 1.5 ലീറ്റർ പെട്രോൾ-സിഎൻജി, 1.5 ലീറ്റർ സ്ട്രോംഗ് ഹൈബ്രിഡ് തുടങ്ങിയ പവർട്രെയിൻ ഓപ്ഷനുകളാണ് വിക്ടോറിസിൽ ലഭിക്കുന്നത്. പെട്രോൾ മാനുവലിന് ലിറ്ററിന് 21.11 കിലോമീറ്ററും ഓട്ടമാറ്റിക്കിന് 20.58 കിലോമീറ്ററും, എടി-എഡബ്ല്യുഡി പതിപ്പിന് 19.2 കിലോമീറ്ററും, ഹൈബ്രിഡ് സിവിടിക്ക് 28.6 കിലോമീറ്ററുമാണ് മൈലേജ്.

ഇന്ധനക്ഷമതയ്ക്ക് മുൻഗണന നൽകുന്ന ഉപഭോക്താക്കൾക്ക് ഈ മോഡലുകൾ മികച്ച തിരഞ്ഞെടുപ്പുകളായിരിക്കുമെന്ന് വിപണി നിരീക്ഷകർ വിലയിരുത്തുന്നു.





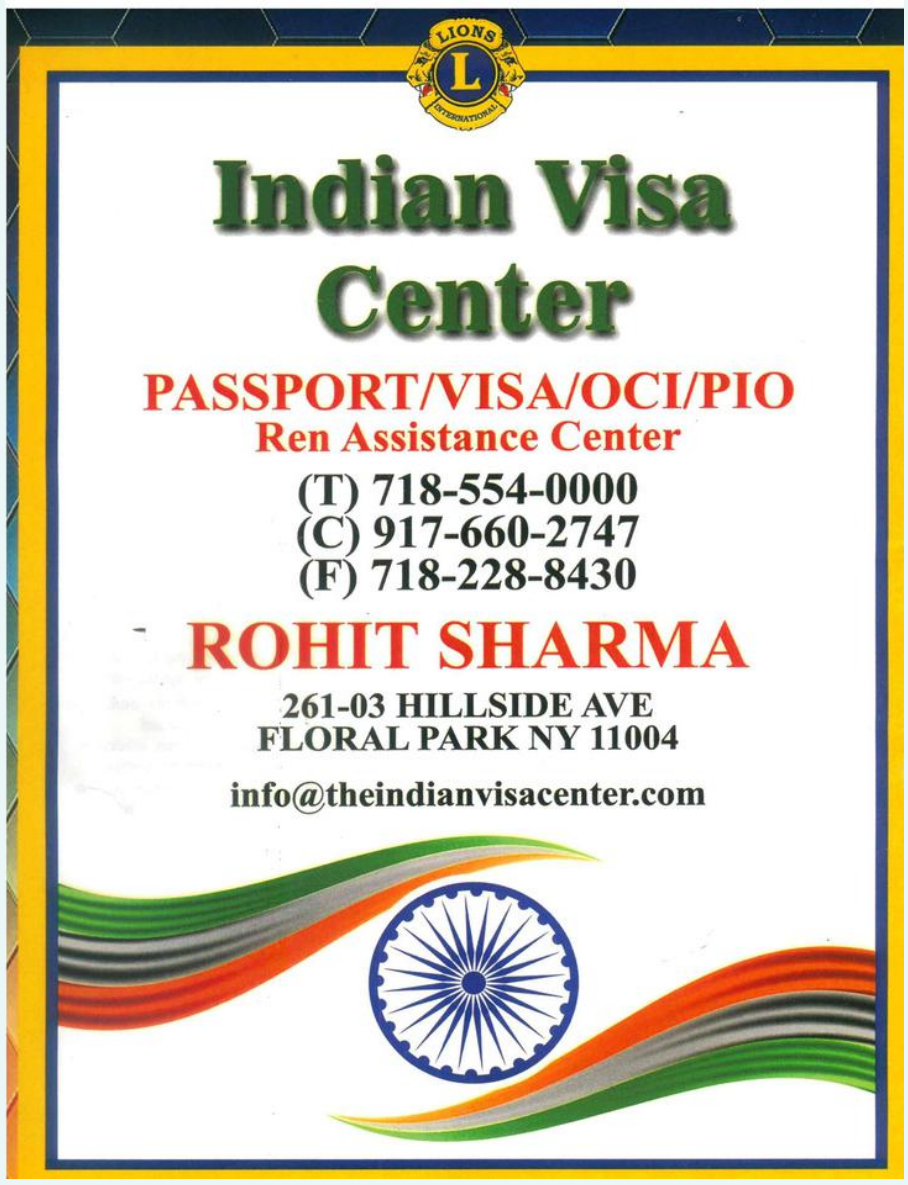






കേരളാ ടൈംസ്









സ്ഥലം വില്പനയ്ക്ക്

4 Acres Land for sale

Near Govt. HS vennala

Contact

PAUL KARUKAPPILLIL - +91 8547730600

VARGHESE OLAHANNAN - (914) 673-7327

Land for sale

Kadayirupp - pattimattom road (synthete / padapparambu road - 10bel front road (driver shivanpillai - ponnachan opp plot)

Location: https://maps.google.com/?q=10.004673,76.446640

Contact

PAUL KARUKAPPILLIL -

+91 8547730600

+91 8921180055

BHARAT REALTY INC.

4 Massachusetts Ave.Congers, NY 10920

Tel: (845) 268-6782

SERVING ROCKLAND & ORANGE COUNTY

First Time Home Buyers ,New Construction ,Property Management

Real Estate Development

VARGHESE OLAHANNAN: (914) 673-7327

THOMAS NINAN: (845) 608-1934

WWW.BHARATREALTY.COM



കേരളാ ടൈംസ്

TECHNOLOGY



കണ്ടാലും തൊട്ടാലും മനുഷ്യനെപ്പോലെ; 92% മാനുഷിക ഭാവങ്ങളുമായി ‘ചൈനീസ് മോയ’ റോബോട്ട് വിപണിയിലേക്ക്

മനുഷ്യനെപ്പോലെ ചിരിക്കുകയും നടക്കുകയും കണ്ണുകളിൽ നോക്കി സംസാരിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന ഒരു റോബോട്ട് ഇനി സാങ്കൽപ്പികമല്ല. ചൈനീസ് സ്റ്റാർട്ടപ്പായ ഡ്രോയിഡ് അപ് ഷാങ്ഹായിൽ അവതരിപ്പിച്ച ‘മോയ’ എന്ന മനുഷ്യസാദൃശ്യമുള്ള റോബോട്ടാണ് സാങ്കേതിക ലോകത്ത് ഇപ്പോൾ വലിയ ചർച്ചയാകുന്നത്. ലോകത്തിലെ ആദ്യത്തെ “പൂർണ്ണ ബയോമിമെറ്റിക് എംബോഡീഡ് ഇന്റലിജന്റ് റോബോട്ട്” എന്നാണ് കമ്പനിയുടെ വിശേഷണം.

സാധാരണ റോബോട്ടുകളിൽ നിന്ന് വ്യത്യസ്തമായി, മനുഷ്യരുടെ ശരീരഭാഷയും വികാരങ്ങളും വളരെ കൃത്യമായി അനുകരിക്കാൻ മോയയ്ക്ക് കഴിയും. മനുഷ്യരുടെ മുഖത്തെ അതിസൂക്ഷ്മമായ ഭാവങ്ങൾ വരെ പുനരാവിഷ്കരിക്കാനുള്ള സാങ്കേതികവിദ്യയാണ് ഇതിൽ ഉപയോഗിച്ചിരിക്കുന്നത്. പുഞ്ചിരി, തലയാട്ടൽ, ഐ-കോൺടാക്റ്റ് എന്നിവ സ്വാഭാവികമായി നിലനിർത്താൻ മോയയ്ക്ക് സാധിക്കും. 92 ശതമാനം കൃത്യതയോടെ മനുഷ്യനോട് സമാനമായ നടത്തമാണ് ഈ റോബോട്ട് കാഴ്ചവയ്ക്കുന്നത്. 1.65 മീറ്റർ ഉയരവും 32 കിലോഗ്രാം ഭാരവുമുള്ള ശരീരഘടന ശരാശരി മനുഷ്യനോട് അടുത്തതാണ്.

ലോഹവും സർക്യൂട്ടുകളും മാത്രമുള്ള യന്ത്രമെന്ന തോൽവിയിൽ നിന്ന് മാറി, മനുഷ്യനെ സ്പർശിക്കുന്നതുപോലുള്ള അനുഭവം നൽകാൻ 32 മുതൽ 36 ഡിഗ്രി സെൽഷ്യസ് വരെ ശരീരതാപനില നിലനിർത്തുന്ന സംവിധാനവും മോയയിൽ ഉൾപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്. അഡ്വാൻസ്ഡ് ആർട്ടിഫിഷ്യൽ ഇന്റലിജൻസ് ഉപയോഗിക്കുന്നതിനാൽ ചുറ്റുപാടുകൾ മനസ്സിലാക്കാനും സാഹചര്യങ്ങൾക്കനുസരിച്ച് സ്വയം തീരുമാനമെടുത്ത് പ്രവർത്തിക്കാനും ഈ റോബോട്ടിന് കഴിയും.

സൗത്ത് ചൈന മോർണിംഗ് പോസ്റ്റ് പങ്കുവെച്ച മോയയുടെ വിഡിയോ സോഷ്യൽ മീഡിയയിൽ വലിയ ശ്രദ്ധ നേടിയിട്ടുണ്ട്. ചിലർ ഇതിനെ സാങ്കേതികവിദ്യയുടെ വിസ്മയമായി വിശേഷിപ്പിക്കുമ്പോൾ, മറ്റുചിലർക്കിത് മനുഷ്യനെ അതിയായി അനുകരിക്കുന്നതുകൊണ്ട് അല്പം ഭീതിജനകമാണെന്ന അഭിപ്രായവും പ്രകടിപ്പിക്കുന്നു.

വീട്ടുജോലികൾക്കൊപ്പം ആരോഗ്യപരിചരണ രംഗത്തും വിദ്യാഭ്യാസ മേഖലയിലും സഹായിയായി മോയയെ ഉപയോഗിക്കാമെന്ന പ്രതീക്ഷയിലാണ് ഡ്രോയിഡ് അപ് കമ്പനി. 2026 അവസാനത്തോടെ ഈ റോബോട്ട് വിപണിയിലെത്തുമെന്നാണ് സൂചന. ഏകദേശം 1.2 മില്യൺ യുവാൻ, ഇന്ത്യൻ കറൻസിയിൽ ഏകദേശം 1.4 കോടി രൂപയാകും പ്രാരംഭ വില.

മനുഷ്യനും യന്ത്രവും തമ്മിലുള്ള അതിരുകൾ മങ്ങിച്ചെരിയുന്ന കാലത്തിലേക്കുള്ള ഒരു വലിയ ചുവടുവെപ്പായാണ് മോയയെ സാങ്കേതിക ലോകം വിലയിരുത്തുന്നത്. മനുഷ്യരുടെ ദിനചര്യയിലെ സ്ഥിരം കൂട്ടാളിയായി ഈ റോബോട്ട് മാറുമോ എന്നത് ഇനി കാലം തെളിയിക്കും.



വാട്ട്സ്ആപ്പ് ശല്യത്തിന് ഇനി വിരാമം; അനാവശ്യ നമ്പറുകളെ എളുപ്പത്തിൽ പൂട്ടാം

രാത്രിയോ പകലോ എന്നില്ലാതെ ഫോണിലേക്ക് എത്തുന്ന അനാവശ്യ സന്ദേശങ്ങളും കോളുകളും പലർക്കും വലിയ തലവേദനയാകുകയാണ്.

പരിചയമില്ലാത്ത നമ്പറുകളിൽ നിന്നുള്ള കോളുകൾ, പരസ്യ സന്ദേശങ്ങൾ, തട്ടിപ്പ് ശ്രമങ്ങൾ എന്നിവ സ്വകാര്യതയ്ക്കും മാനസിക സ്വസ്ഥതയ്ക്കും ഭീഷണിയായി മാറുന്ന സാഹചര്യത്തിൽ, ഇത്തരം ശല്യക്കാരെ ഒഴിവാക്കാൻ വാട്ട്സ്ആപ്പിൽ തന്നെ ലളിതമായ സംവിധാനങ്ങൾ ഒരുക്കിയിട്ടുണ്ട്.

പരിചയമില്ലാത്ത നമ്പറിൽ നിന്ന് സന്ദേശം ലഭിച്ചാൽ ആ ചാറ്റ് തുറക്കുന്ന ഉടൻ തന്നെ മുകളിൽ ‘Block’ അല്ലെങ്കിൽ ‘Report & Block’ എന്ന ഓപ്ഷൻ കാണാം. ഇതിൽ ‘Block’ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നതോടെ ആ നമ്പറിൽ നിന്ന് ഇനി സന്ദേശങ്ങളോ കോളുകളോ വരില്ല.

കോൺടാക്റ്റ് ലിസ്റ്റിൽ സേവ് ചെയ്തിരിക്കുന്ന ഒരാളെയാണെങ്കിൽ, അവരുടെ ചാറ്റ് തുറന്ന് മുകളിൽ വലതുവശത്തുള്ള മൂന്ന് ഡോട്ടുകളിൽ ക്ലിക്ക് ചെയ്ത് ‘More’ എന്ന ഓപ്ഷനിലൂടെ ‘Block’ തിരഞ്ഞെടുത്ത് സ്ഥിരീകരിച്ചാൽ മതി.

ചാറ്റ് തുറക്കാതെയും ബ്ലോക്ക് ചെയ്യാനുള്ള സൗകര്യവും വാട്ട്സ്ആപ്പിൽ ലഭ്യമാണ്. Settings തുറന്ന് ‘Privacy’ വിഭാഗത്തിലേക്ക് പോയാൽ ‘Blocked contacts’ എന്ന ഓപ്ഷൻ കാണാം. അവിടെ മുകളിൽ വലതുവശത്തുള്ള ‘+’ ബട്ടൺ ഉപയോഗിച്ച് കോൺടാക്റ്റ് ലിസ്റ്റിൽ നിന്നുള്ള ഏതൊരു നമ്പരും ബ്ലോക്ക് ലിസ്റ്റിലേക്ക് ചേർക്കാൻ സാധിക്കും.

ഒരാളെ ബ്ലോക്ക് ചെയ്താൽ, അവർക്ക് നിങ്ങളെ വിളിക്കാനോ സന്ദേശം അയക്കാനോ കഴിയില്ല. കൂടാതെ നിങ്ങളുടെ പ്രൊഫൈൽ ചിത്രം, സ്റ്റാറ്റസ്, ലാസ്റ്റ് സീൻ തുടങ്ങിയ വിവരങ്ങളും അവർക്ക് കാണാനാകില്ല. പിന്നീട് തീരുമാനം മാറ്റണമെന്നുണ്ടെങ്കിൽ ‘Blocked contacts’ ലിസ്റ്റിൽ നിന്ന് ആ നമ്പർ തിരഞ്ഞെടുക്കി ‘Unblock’ നൽകിയാൽ ബ്ലോക്ക് നീക്കാനും കഴിയും.

ഇങ്ങനെ ലളിതമായ ചില ക്രമീകരണങ്ങളിലൂടെ വാട്ട്സ്ആപ്പിലെ അനാവശ്യ ശല്യങ്ങളിൽ നിന്ന് രക്ഷ നേടാനാകും.







കേരളാ ടൈംസ്

ഷാറുഖ് മാതൃകയിലെ ലളിത പ്രണയം; 'റിലേഷൻസിപ്പിങ്' ട്രെൻഡിലേക്ക് ജെൻ സിയുടെ വഴിമാറ്റം



പ്രണയം പ്രകടിപ്പിക്കാൻ അസാധാരണമായ മാർഗങ്ങൾ തേടുന്നവരുടെ കാലം ക്രമേണ പിന്നിലാകുന്നു. കാമുകനോ കാമുകിയോ താമസിക്കുന്ന രാജ്യത്തേക്ക് സർപ്രൈസ് സന്ദർശനം നടത്തുന്നതും വിലകൂടിയ സമ്മാനങ്ങൾ നൽകി വമ്പൻ പ്രൊപ്പോസലുകൾ ഒരുക്കുന്നതുമൊക്കെയായിരുന്ന പ്രണയപ്രകടനങ്ങൾക്ക് പകരം, ഇപ്പോൾ ലളിതവും ഹൃദയസ്പർശിയുമായ സമീപനങ്ങളാണ് പുതുതലമുറ തിരഞ്ഞെടുക്കുന്നത്. 'റിലേഷൻസിപ്പിങ്' എന്ന പേരിൽ പ്രചരിക്കുന്ന ഈ പുതിയ പ്രണയഭാഷ വാലന്റൈൻസ് ദിനത്തോട് അനുബന്ധിച്ച് കൂടുതൽ ശ്രദ്ധ നേടുകയാണ്.

വലിയ ആഘോഷങ്ങൾക്കു പകരം രണ്ട് വ്യക്തികൾ തമ്മിലുള്ള ചെറുതും മനോഹരവുമായ നിമിഷങ്ങൾക്കാണ് റിലേഷൻസിപ്പിങ് പ്രാധാന്യം നൽകുന്നത്. പ്രണയത്തിന്റെ മാധുര്യം ഒരു തരി പോലും നഷ്ടപ്പെടുത്താതെ പതുക്കെ ആസ്വദിക്കുന്ന രീതി തന്നെയാണ് ഇതിന്റെ പ്രത്യേകത. വിലമതിപ്പേറിയ സമ്മാനങ്ങളോ സോഷ്യൽ മീഡിയയിലെ പ്രദർശനങ്ങളോ അല്ല, മറിച്ച് മനസ്സിൽ തങ്ങിനിൽക്കുന്ന ചെറിയ കാര്യങ്ങളിലാണ് പ്രണയത്തിന്റെ സാരമെന്ന തിരിച്ചറിവാണ് ജെൻ സിയെ ഈ വഴിയിലേക്ക് നയിക്കുന്നത്.

ടെലിവിഷൻ ഷോകളും സിനിമകളും പ്രണയത്തെ വമ്പൻ ആഘോഷമായി ചിത്രീകരിച്ചിരുന്നുവെങ്കിലും, അതിനപ്പുറം വികാരാത്മക അടുപ്പത്തിനാണ് ഇപ്പോഴത്തെ യുവതലമുറ കൂടുതൽ പ്രാധാന്യം നൽകുന്നത്. പുതിയ പഠനങ്ങൾ പ്രകാരം, ഡേറ്റിങ്ങിൽ ഏർപ്പെട്ടിരിക്കുന്ന ജെൻ സിയിലെ 77 ശതമാനം പേർ പ്രണയം മിതമായെങ്കിലും അർത്ഥവത്തായ രീതിയിലാണ് പ്രകടിപ്പിക്കുന്നതെന്ന് സമ്മതിക്കുന്നു. ലൈക്കുകളും ഷെയറുകളും ലക്ഷ്യമിട്ട പ്രണയപ്രകടനങ്ങളുടെ കാലം കഴിഞ്ഞുവെന്നതാണ് അവരുടെ നിലപാട്.

ഈ മാറ്റത്തിന്റെ ഉദാഹരണമായി പലരും ചൂണ്ടിക്കാണിക്കുന്നത് ഷാറുഖ് ഖാൻ ഗൗരി ഖാനോട് പ്രകടിപ്പിച്ച ലളിതമായ പ്രണയമാണ്. വർഷങ്ങൾക്കു മുൻപ് ഗൗരിക്ക് പിങ്ക് നിറത്തിലുള്ള ഒരു ജോഡി പ്ലാസ്റ്റിക് കമ്മലുകൾ സമ്മാനിച്ച സംഭവത്തെ ഇപ്പോഴും ആരാധകർ ഓർക്കുന്നു. സമ്മാനത്തിന്റെ വിലയല്ല, അതിന് പിന്നിലെ മനസ്സാണ് പ്രധാനം എന്ന സന്ദേശം തന്നെയാണ് ഇന്നത്തെ ട്രെൻഡും ആവർത്തിക്കുന്നത്.

സമൂഹമാധ്യമങ്ങളിലൂടെ പ്രണയം കൊട്ടിഘോഷിക്കാനോ സിനിമാ സ്റ്റൈലിൽ പൂക്കൾ, ടെഡി ബെയറുകൾ എന്നിവ കൈമാറാനോ തങ്ങൾ ആലോചിക്കുന്നില്ലെന്ന് സർവേയിൽ പങ്കെടുത്ത ഭൂരിഭാഗം ജെൻ സിക്കാരും വ്യക്തമാക്കുന്നു. പകരം ഒരുമിച്ച് ഇഷ്ടപ്പെട്ട സിനിമ കാണുക, പ്രിയപ്പെട്ട ഭക്ഷണം പങ്കിടുക, ഇഷ്ടമുള്ള പാട്ട് അയയ്ക്കുക, ചെറിയൊരു ചോക്ലേറ്റ് നൽകി സന്തോഷിപ്പിക്കുക എന്നിവയിലൂടെയാണ് അവർ പ്രണയദിനം ആഘോഷിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നത്.

ലളിതത്വത്തിലേക്കുള്ള ഈ മാറ്റത്തിന് വ്യക്തമായ കാരണവും അവർ മുന്നോട്ടുവയ്ക്കുന്നു. ആയിരങ്ങളോ പതിനായിരങ്ങളോ ചെലവഴിക്കുന്നതിനെക്കാൾ, പങ്കാളിക്ക് ഇഷ്ടപ്പെട്ട ചെറിയൊരു കാര്യം ഓർത്ത് ചെയ്തു തരുന്നതിലാണ് ബന്ധത്തിന്റെ യഥാർത്ഥ വിലമതിപ്പ് കാണുന്നതെന്ന് 85 ശതമാനം പേർ പറയുന്നു. അതേസമയം, വലിയ രീതിയിലുള്ള പ്രണയപ്രകടനങ്ങൾ തങ്ങളെ അസ്വസ്ഥരാക്കുന്നുവെന്ന് 65 ശതമാനം പേർ അഭിപ്രായപ്പെടുന്നു. ചെറിയ സ്നേഹചിഹ്നങ്ങളില്ലാത്ത ബന്ധം പോലും തുടരേണ്ടതില്ലെന്ന് ചിലർ വ്യക്തമാക്കുന്നു.

വിവാഹജീവിതത്തിലോ ദിനചര്യയിലോ ഫാഷനിലോ പോലെ തന്നെയാണ് പ്രണയബന്ധത്തിലും ലളിതത്വം പ്രാധാന്യമാർജിക്കുന്നത്. ചെറു മുഹൂർത്തങ്ങൾക്കും സത്യസന്ധമായ വികാരങ്ങൾക്കും വിലകൽപ്പിക്കുന്ന പുതിയ തലമുറ, വാലന്റൈൻസ് ദിനത്തെയും ആ ആത്മാർത്ഥതയുടെ ആഘോഷമായി മാറ്റുകയാണ്.



കേരളാ ടൈംസ്

ആരോഗ്യം

ശരീരഭാരം കുറയ്ക്കാനും പ്രമേഹം നിയന്ത്രിക്കാനും പേരയ്ക്ക ഒരു ലളിത പരിഹാരം

നമ്മുടെ നാട്ടിൽ സുലഭമായി ലഭിക്കുന്ന പേരയ്ക്ക പോഷകസമ്പുഷ്ടവും ആരോഗ്യഗുണങ്ങൾ നിറഞ്ഞതുമായ ഒരു പഴമാണ്. ആന്റിഓക്സിഡന്റുകൾ, വൈറ്റമിൻ സി, പൊട്ടാസ്യം, ഫൈബർ എന്നിവ ധാരാളമായി അടങ്ങിയ പേരയ്ക്ക ശരീരഭാരം കുറയ്ക്കാനും രക്തത്തിലെ പഞ്ചസാര നിയന്ത്രിക്കാനും സഹായകരമാണെന്ന് ആരോഗ്യവിദഗ്ധർ പറയുന്നു. പേരയ്ക്ക മാത്രമല്ല, അതിന്റെ ഇലകളും ഔഷധഗുണങ്ങൾ ഉള്ളവയാണ്.



ദിവസവും പേരയ്ക്ക ഭക്ഷണത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തുന്നത് ദഹനപ്രക്രിയ മെച്ചപ്പെടുത്തുകയും മലബന്ധം കുറയ്ക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഫൈബർ ധാരാളമായി ഉള്ളതിനാൽ ആരോഗ്യകരമായ ബവൽ മൂവ്മെന്റിന് ഇത് സഹായിക്കുന്നു. ഒരു പേരയ്ക്ക കഴിക്കുന്നതിലൂടെ ശരീരത്തിന് ആവശ്യമായ ദിവസേനയുള്ള ഫൈബറിന്റെ ഏകദേശം 12 ശതമാനം ലഭിക്കുമെന്നാണ് വിലയിരുത്തൽ.

കാലറി കുറവുള്ളതിനാൽയും ദീർഘസമയം വയർ നിറഞ്ഞ തോന്നൽ നൽകുന്നതിനാലും ശരീരഭാരം കുറയ്ക്കാൻ ശ്രമിക്കുന്നവർക്ക് പേരയ്ക്ക നല്ലൊരു ലഘുഭക്ഷണമാണ്. വൈറ്റമിനുകളും ധാതുക്കളും സമൃദ്ധമായതിനാൽ പോഷകക്കുറവില്ലാതെ ഭാരം കുറയ്ക്കാൻ ഇത് സഹായിക്കും.

പേരയ്ക്കയിൽ അടങ്ങിയ ആന്റിഓക്സിഡന്റുകൾ ഫ്രീറാഡിക്കലുകളുടെ ദോഷഫലങ്ങളിൽ നിന്ന് കോശങ്ങളെ സംരക്ഷിക്കുകയും കാൻസർ കോശങ്ങളുടെ വളർച്ച തടയാനും സഹായിക്കുമെന്നുമാണ് ചില പഠനങ്ങൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. പേരയുടെ ഇലകളിലും തൊലിയിലും ഉള്ള ബയോആക്ടീവ് ഘടകങ്ങൾ ഈ പ്രതിരോധശേഷിക്ക് പിന്തുണ നൽകുന്നു.

പ്രമേഹരോഗികൾക്ക് മിതമായ അളവിൽ പേരയ്ക്ക ഭക്ഷണത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തുന്നത് രക്തത്തിലെ പഞ്ചസാരയുടെ അളവ് നിയന്ത്രിക്കാൻ സഹായകമാണെന്ന് പഠനങ്ങൾ വ്യക്തമാക്കുന്നു. തൊലി കളയാതെ പേരയ്ക്ക കഴിക്കുന്നതാണ് കൂടുതൽ ഗുണകരമെന്നും ഇതിലൂടെ നല്ല കൊളസ്ട്രോൾ വർധിപ്പിക്കാനും സാധിക്കുമെന്നും ആരോഗ്യസ്ഥാപനങ്ങൾ പറയുന്നു.

ചീത്തകൊളസ്ട്രോൾ കുറയ്ക്കുകയും ഹൃദയാരോഗ്യം മെച്ചപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യുന്നതിലും പേരയ്ക്കക്ക് പ്രധാന പങ്കുണ്ട്. പൊട്ടാസ്യവും സോല്യൂബിൾ ഫൈബറും സമൃദ്ധമായി ഉള്ളതിനാൽ ഹൃദയത്തെ സംരക്ഷിക്കാനും ദീർഘകാല ആരോഗ്യത്തിന് പേരയ്ക്ക സഹായകരമാണെന്ന് വിദഗ്ധർ അഭിപ്രായപ്പെടുന്നു.

വറുത്ത ഭക്ഷണങ്ങൾ ദഹനക്കേടിന് കാരണമാകുമോ? കാരണങ്ങളും മുൻകരുതലുകളും







എണ്ണയിൽ വറുത്ത പൂരി, ബട്ടൂര, സ്നാക്സ് തുടങ്ങിയ ഭക്ഷണങ്ങൾ പലരുടെയും ഇഷ്ടവിഭവങ്ങളാണ്. എന്നാൽ ഇത്തരം ഭക്ഷണങ്ങൾ കഴിച്ചതിന് ശേഷം വയറുവേദന, അസിഡിറ്റി, വയറുകമ്പിക്കൽ, വായുകോപം തുടങ്ങിയ ദഹനപ്രശ്നങ്ങൾ അനുഭവപ്പെടുന്നവരും കുറവല്ല. കൊഴുപ്പ് കൂടുതലുള്ള ഭക്ഷണങ്ങളെ ശരീരം ദഹിപ്പിക്കാൻ കൂടുതൽ സമയം എടുക്കുന്നതും, പുനരുപയോഗിക്കുന്ന പാചകഎണ്ണകളിൽ ഉണ്ടാകുന്ന ഓക്സീകരണ സമ്മർദവും, ചടഞ്ഞ ജീവിതശൈലിയും ചേർന്നാണ് ഈ അസ്വസ്ഥതകൾക്ക് വഴിവെക്കുന്നത്.

വറുത്ത ഭക്ഷണങ്ങൾ ദഹനവ്യവസ്ഥയെ മന്ദഗതിയിലാക്കുന്നതിനാൽ ആസിഡ് ഉൽപാദനം കൂടുകയും വയറിലെ അസ്വസ്ഥതകൾ വർധിക്കുകയും ചെയ്യാം. പ്രത്യേകിച്ച് രാത്രി വൈകി ഇത്തരം ഭക്ഷണങ്ങൾ കഴിക്കുന്നത് ദഹനക്കേടിനൊപ്പം ഉറക്കത്തെയും പ്രതികൂലമായി ബാധിക്കും. അതേസമയം, ചില ലളിതമായ ഭക്ഷണശീലങ്ങളും പ്രകൃതിദത്ത പരിഹാരങ്ങളും പിന്തുടരുന്നതിലൂടെ ഈ പ്രശ്നങ്ങൾ കുറയ്ക്കാൻ കഴിയും.

വറുത്ത ഭക്ഷണങ്ങൾ കഴിച്ചശേഷം പരമ്പരാഗതമായി ഉപയോഗിക്കുന്ന അയമോദകം ദഹനവ്യവസ്ഥയെ ശാന്തമാക്കാനും വായുകോപവും വയറുകമ്പിക്കലും കുറയ്ക്കാനും സഹായിക്കുന്നതായി പഠനങ്ങൾ വ്യക്തമാക്കുന്നു. ഇഞ്ചി അടങ്ങിയ പാനീയങ്ങൾ, പ്രത്യേകിച്ച് ഇഞ്ചിച്ചായ, ദഹനഎൻസൈമുകളുടെ പ്രവർത്തനം ഉത്തേജിപ്പിക്കാനും സഹായകരമാണ്. കൊഴുപ്പുകൂടിയ ഭക്ഷണങ്ങൾക്ക് ശേഷം തൈര്, മോരു പോലുള്ള പ്രോബയോട്ടിക് ഭക്ഷണങ്ങൾ കഴിക്കുന്നത് ഉദരത്തിലെ ഗുണകരമായ ബാക്ടീരിയകളുടെ സന്തുലനം നിലനിർത്താൻ സഹായിക്കും.

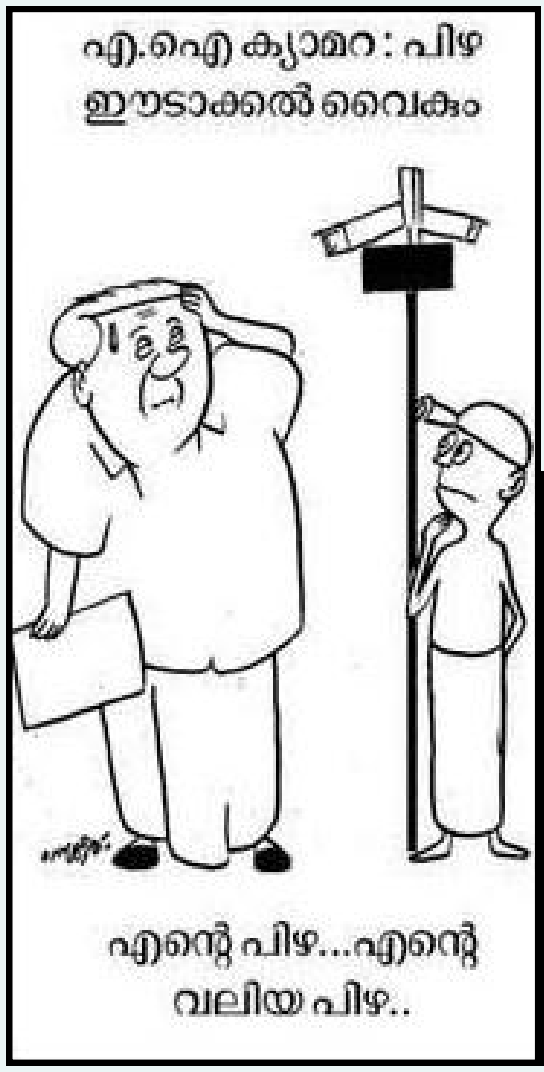
നാരങ്ങാവെള്ളം പോലുള്ള ലളിതമായ പാനീയങ്ങൾ പിത്തരസം ഉൽപാദനം മെച്ചപ്പെടുത്തി ദഹനം എളുപ്പമാക്കും. കാരുപ്പ് എന്നറിയപ്പെടുന്ന ബ്ലാക്ക് സോൾട്ട് ചെറുതായി ഉപയോഗിക്കുന്നത് ദഹനവും ഇലക്ട്രോലൈറ്റ് ബാലൻസും മെച്ചപ്പെടുത്താൻ സഹായിക്കുന്നതായും റിപ്പോർട്ടുകളുണ്ട്. വറുത്ത ഭക്ഷണങ്ങളോടൊപ്പം സാലഡുകൾ, ചമ്മന്തികൾ, നാരുകൾ അടങ്ങിയ ഭക്ഷണങ്ങൾ ഉൾപ്പെടുത്തുന്നതും ദഹനപ്രശ്നങ്ങൾ കുറയ്ക്കാൻ സഹായകമാണ്.

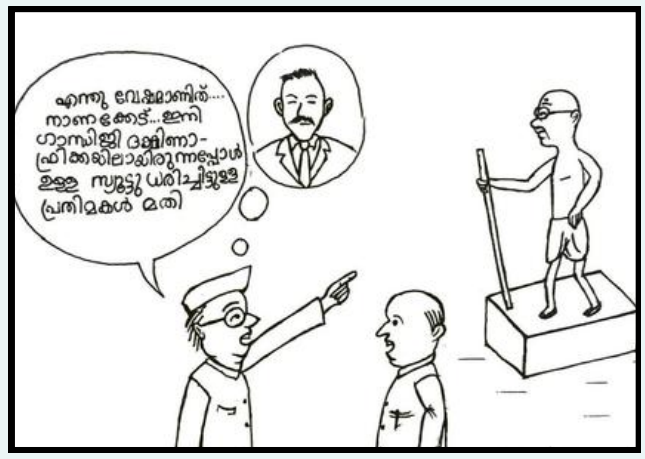
ആരോഗ്യവിദഗ്ധർ ചൂണ്ടിക്കാട്ടുന്നത്, വറുത്ത ഭക്ഷണങ്ങൾ പതിവായി കൂടുതലായി കഴിക്കുന്നത് ദഹനക്കേടുകൾക്ക് പുറമേ പൊണ്ണത്തടി, കൊളസ്ട്രോൾ വർധനം, രക്തത്തിലെ പഞ്ചസാരയുടെ അളവിൽ വ്യതിയാനം എന്നിവയ്ക്കും വഴിവെക്കാമെന്നാണ്. അതിനാൽ ഇത്തരം ഭക്ഷണങ്ങൾ മിതമായ അളവിൽ മാത്രം കഴിക്കുകയും, ഫ്രഷ് ആയ എണ്ണയിൽ പാചകം ചെയ്ത ഗുണനിലവാരമുള്ള ഭക്ഷണങ്ങൾ തിരഞ്ഞെടുക്കുകയും ചെയ്യുന്നത് ദീർഘകാല ആരോഗ്യത്തിന് നിർണായകമാണ്. ഓരോരുത്തരുടെയും ശരീരപ്രകൃതിയും ഭക്ഷണശീലങ്ങളും വ്യത്യസ്തമായതിനാൽ, സ്വന്തം ശരീരത്തിന്റെ പ്രതികരണങ്ങൾ ശ്രദ്ധിച്ച് ആരോഗ്യകരമായ തിരഞ്ഞെടുപ്പുകൾ നടത്തുന്നതാണ് ഏറ്റവും നല്ല മുൻകരുതൽ.

കേരള ടൈംസ്

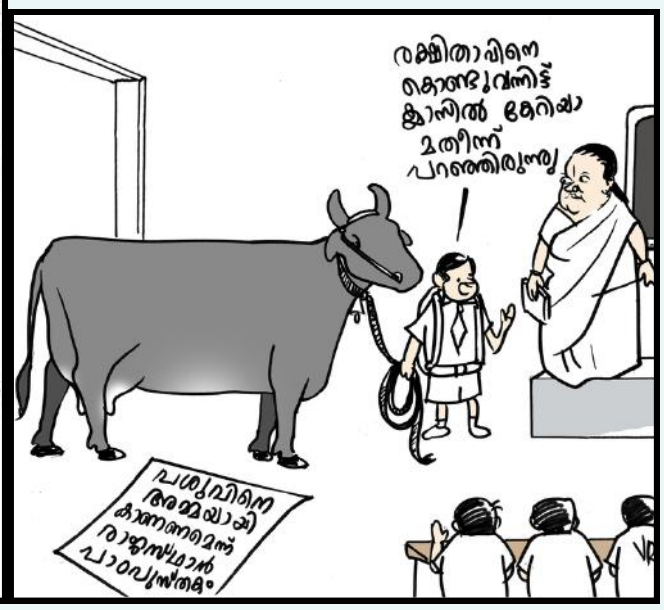
കാർട്ടൂൺസ് കോർട്ട്

















കേരളാ ടൈംസ്


You choose the destination;
We'll take care of the rest...
EXPLORE YOUR WORLD WITH US!
CUSTOM PRIVATE & GROUP TOURS
PILGRIMAGES | EDUCATIONAL TOURS
BUDGET-FRIENDLY CRUISES | ALL-INCLUSIVE VACATIONS
GLOBAL TOUR PACKAGES | INBOUND & OUTBOUND TOURS
TRAVEL INSURANCE
Emmanuel
Holidays
www.emmanuelholidays.com | info@emmanuelholidays.com
914 560 4000 | 914 602 2137
Corporate Office: 50 Main Street, Suite 1000, White Plains, NY 10606 USA
VINU DEVASIA Managing Director 914 602 2137 | JOSE MALAYIL Director, Marketing 914 774 3516
MELBOURNE • DUBLIN • DUBAI • JERUSALEM • BANGALORE • THIRUVALLA

കേരളാ ടൈംസ്

കേരള ടൈംസ് ഓൺലൈൻ പോർട്ടലിന്റെ ഉദ്ഘാടനം മെഗാസ്റ്റാർ ഭരത് മമ്മൂട്ടി നിർവ്വഹിച്ചപ്പോൾ

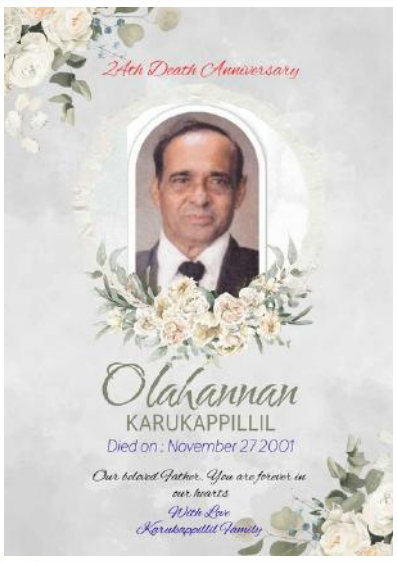


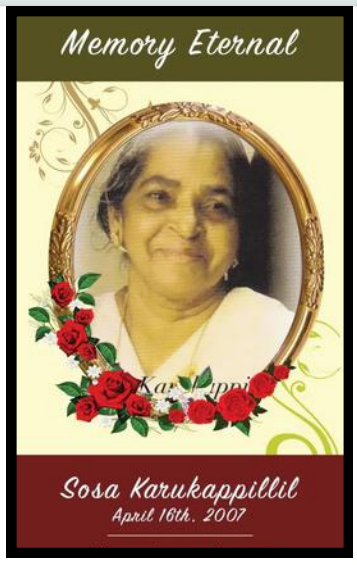


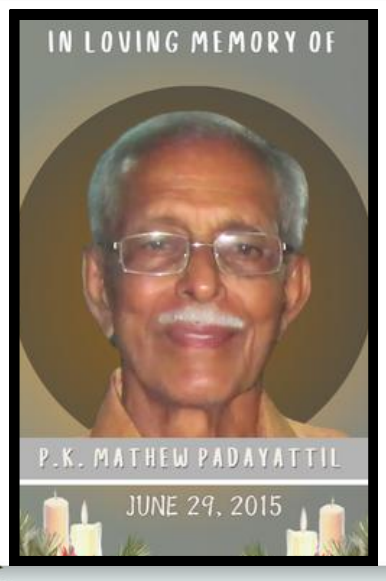


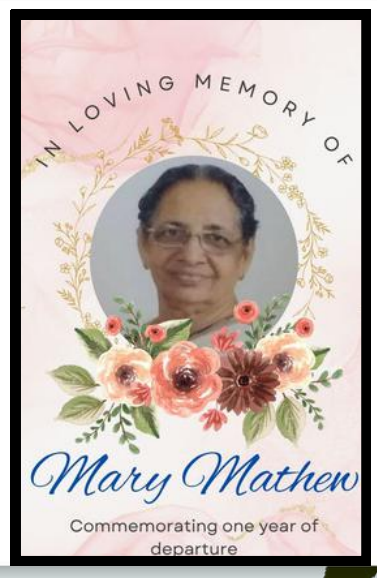
കേരളാ ടൈംസ്

In Loving Memory Of

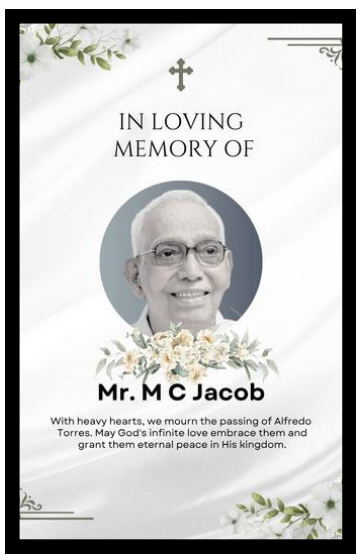












കേരളാ ടൈംസ്

കായികം

ഇന്ത്യ–പാക് പോരാട്ടം: കൊളംബോയിലേക്ക് വിമാന ടിക്കറ്റിന് തീവില, ആറിരട്ടി വർധന



ട്വന്റി ട്വന്റി ലോകകപ്പിൽ ആരാധകർ കാത്തിരുന്ന ഇന്ത്യ-പാക് പോരാട്ടം ഉറപ്പായതോടെ വിമാന ടിക്കറ്റ് നിരക്ക് കുത്തനെ ഉയർന്നു. ഒറ്റയടിക്ക് ആറിരട്ടിയോളമാണ് വര്ധന. തീ വിലയായിട്ടും ടിക്കറ്റുകൾ ചൂടപ്പം പോലെ വിറ്റു തീരുകയാണെന്നാണ് വിവരം. കൊച്ചിയിൽ നിന്ന് കൊളംബോയിലേക്ക് പറക്കാനും തിരിച്ചും കുറഞ്ഞത് 40,000 രൂപ നൽകേണ്ടിവരും. തിരുവനന്തപുരം-കൊളംബോ റൂട്ടിലും സമാന നിരക്കാണ്. കോഴിക്കോട് നിന്ന് കൊളംബോയിലേക്ക് പോകാന് കുറഞ്ഞത് 32,000 രൂപയും നൽകേണ്ടിവരും. മുംബൈയിൽ നിന്നാണെങ്കിൽ എയർ ഇന്ത്യയ്ക്ക് 60,000 രൂപയാണ് റൗണ്ട് ട്രിപ്പിന് വേണ്ടിവരിക. ചണ്ഡിഗഡിൽ നിന്നാണെങ്കിൽ 63,000 രൂപയും നൽകണം. ഇൻഡിഗോ നിരക്ക് 70000 - 74000 വരെയും. ഡൽഹിയിൽ നിന്നാണെങ്കില് 40000 - 45000 രൂപയും ആകും.

ആഴ്ചകൾ നീണ്ട ബഹിഷ്കരണ നാടകത്തിന് ശേഷമാണ് പാക്കിസ്ഥാന് ഇന്ത്യയ്ക്കെതിരെ കളിക്കാമെന്ന് സമ്മതിച്ചത്. ‘ക്രിക്കറ്റിന്റെ സ്പിരിറ്റ്’ ഉയർത്തിപ്പിടിച്ചാണ് തീരുമാനമെന്ന് പാക് ക്രിക്കറ്റ് ബോര്ഡ് അവകാശപ്പെട്ടു. 'വിവിധ തലങ്ങളില് നടന്ന ഉന്നതതല ചർച്ചകളുടെ അടിസ്ഥാനത്തിലും സുഹൃദ് രാഷ്ട്രങ്ങളുടെ അഭ്യർത്ഥന മാനിച്ചും ഫെബ്രുവരി 15 ന് ഐസിസി നിശ്ചയിച്ച മൽസരത്തിൽ കളിക്കാൻ പാക്കിസ്ഥാൻ സർക്കാർ ദേശീയ ക്രിക്കറ്റ് ടീമിന് അനുവാദം നൽകിയിരിക്കുന്നു' - എന്നാണ് ഔദ്യോഗിക വാർത്താക്കുറിപ്പിൽ പറയുന്നത്. ഇന്ത്യയുമായുള്ള മൽസരം ബഹിഷ്കരിക്കാനുള്ള നീക്കത്തിൽ നിന്ന് പിൻമാറണമെന്ന് ശ്രീലങ്കൻ പ്രസിഡന്റ് അനുര കുമാര ദിസനായകെ പാക് പ്രധാനമന്ത്രി ഷഹബാസ് ഷെരീഫിനോട് ആവശ്യപ്പെട്ടിരുന്നു. ഇതിന് പുറമെ എമിറ്റേറ്റ്സ് ക്രിക്കറ്റ് ബോർഡും ബിസിബിയും പിസിബിക്ക് ഇമെയിൽ വഴി ബഹിഷ്കരണ നീക്കത്തിലുള്ള വിയോജിപ്പ് അറിയിച്ചു.

ഐസിസി ഷെഡ്യൂള് അനുസരിച്ച് ഇന്ത്യ-പാക് മൽസരം നടക്കുമെന്ന് തീർച്ചയായതോടെ ഒഴിവായ നഷ്ടം 174 മില്യന് ഡോളറാണെന്ന് ഇന്ത്യൻ എക്സ്പ്രസസ് റിപ്പോർട്ട് ചെയ്യുന്നു. മൽസരം മുടങ്ങിയിരുന്നുവെങ്കിൽ ബ്രോഡ്കാസ്റ്റര്ക്കും സ്പോൺസർമാർക്കുണ്ടായേക്കാമായിരുന്ന നഷ്ടമാണിത്. ബഹിഷ്കരണ നീക്കവുമായി പാക്കിസ്ഥാൻ മുന്നോട്ട് പോയിരുന്നുവെങ്കിൽ ഈ തുക ഐസിസി നൽകേണ്ടി വരുമായിരുന്നു. അങ്ങനെയെങ്കിൽ തുക പിസിബിക്കുള്ള വാർഷിക വിഹിതം കട്ട് ചെയ്തും പിഴ ഈടാക്കിയും വകയിരുത്താമെന്നാണ് തീരുമാനിച്ചിരുന്നത്.

അണുബാധയോടെ കളിച്ച അഭിഷേക് ശർമ ആശുപത്രിയിൽ; ലോകകപ്പ് പോരാട്ടങ്ങൾക്ക് ആശങ്ക



ന്യൂഡൽഹി: അണുബാധയെ തുടർന്ന് ഇന്ത്യൻ യുവ ക്രിക്കറ്റ് താരം അഭിഷേക് ശർമയെ ആശുപത്രിയിൽ പ്രവേശിപ്പിച്ചു. യുഎസിനെതിരായ മത്സരത്തിന് മുൻപ് തന്നെ വയറ്റുമായി ബന്ധപ്പെട്ട അസ്വസ്ഥതകൾ ഉണ്ടായിരുന്നുവെങ്കിലും താരം കളത്തിലിറങ്ങിയിരുന്നു. ന്യൂഡൽഹിയിലെ അരുണ് ജയ്റ്റ്ലി സ്റ്റേഡിയത്തിൽ പരിശീലനത്തിനിറങ്ങാൻ അഭിഷേകിന് ഇതുവരെ കഴിഞ്ഞിട്ടില്ല. ഫിറ്റ്നസിലേക്കു മടങ്ങാൻ കുറഞ്ഞത് രണ്ട് ദിവസം കൂടി ആവശ്യമായേക്കുമെന്നാണ് ഇന്ത്യൻ ടീമിന്റെ അസിസ്റ്റന്റ് പരിശീലകൻ റയാൻ ടെൻ ദൊഷാട്ടെ ചൊവ്വാഴ്ച വാർത്താ സമ്മേളനത്തിൽ വ്യക്തമാക്കിയത്. യുഎസിനെതിരായ ആദ്യ മത്സരത്തിൽ അഭിഷേക് ഗോൾഡൻ ഡക്കായി മടങ്ങിയിരുന്നു. ബാറ്റിങ് പൂർത്തിയാക്കിയ ശേഷം താരം ഫീൽഡിങ്ങിന് ഇറങ്ങിയില്ല. പകരം സഞ്ജു സാംസണാണ് ഫീൽഡറായി കളിച്ചത്.
ഫെബ്രുവരി 15ന് പാക്കിസ്ഥാനെതിരായ നിർണായക മത്സരം നടക്കാനിരിക്കെ അഭിഷേകിന്റെ ഫിറ്റ്നസ് ഇന്ത്യയ്ക്ക് നിർണായകമാണ്. പരുക്ക് ഭേദമായ സ്പിൻ ബോളിങ് ഓൾറൗണ്ടർ വാഷിങ്ടൺ സുന്ദർ ടീമിനൊപ്പം ചേർന്നിട്ടുണ്ട്. ആദ്യ മത്സരത്തിൽ വിശ്രമം അനുവദിച്ച ജസ്പ്രീത് ബുമ്രയും നെറ്റ്സിൽ പന്തെറിഞ്ഞ് പരിശീലനം ആരംഭിച്ചു.

കേരളാ ടൈംസ്

GLOBAL COLLISION
& BODY WORKS LLC

AUTO BODY SERVICES

- Painting & Auto Body Work
- Wet Sanding & Detailing
- ADAS Calibration
- Windshield & Glass Replacement
- Towing Services



Electric & Hybrid Vehicle Auto Body and Collision Experts

Sensor and Radar Systems Experts

Complete Restoration Services Offered



CONTACT US 845- 727-4022

333 Rte 9W, Congers, NY 10920

Mon - Fri 9:00 AM - 6 PM
Sat 9:00 AM - 1:00 PM
Sun Closed