

EASY TRAVELS



INNOVA, INNOVA CRYSTA & EICHER
Available for Local, Marriages, Airport, and Outstation.

BEST RATE FOR TIRUPATHI

Mob: 98409 37727
98409 89959

PURASAI TIMES

The Neighbourhood Weekly

www.purasaitimes.com

EASY TRAVELS



INNOVA, INNOVA CRYSTA & EICHER
Available for Local, Marriages, Airport, and Outstation.

BEST RATE FOR TIRUPATHI

Mob: 98409 37727
98409 89959

Free Circulation in and around : • PURASAWALKAM • KILPAUK • ANNA NAGAR • MOGAPPAIR • AYANAVARAM • PERAMBUR

VOL. XXX NO. 41 2025 JAN 12 - JAN 18 **1507th Issue** Ph : 4551 8154, 98409 37719 PAGES 8

சமத்துவ பொங்கல் விழாவில் கலந்து கொண்ட
திரு. பரிதி இளம் சுருதி MC



99 வது வார்டு கவுன்சிலர் திரு. பரிதி இளம் சுருதி, MC, அவர்கள் 10-01-2025 அன்று புரசைவாக்கத்தில் உள்ள அழகப்பா பள்ளியில் நடைபெற்ற சமத்துவ பொங்கல் விழாவில் கலந்து கொண்டு கலை நிகழ்ச்சி நடத்திய மாணவர்களை பாராட்டி சிறப்புரையாற்றினார் அருகில் திரு. G. நரேஷ்குமார் அழகப்பா பள்ளி குழுமத்தின் அரங்காவலர் அமர்ந்திருந்தார்.

Follow us now

[c3fitnesssciencevepery](#)
[c3fitnesssciencekilpauk](#)

CALL US TO FIND OUT MORE

Vepery

11, Ritherdon Rd, Vepery, Purasaiwakkam, Chennai, Tamil Nadu 600007

9884097333 ; 9884396333

Kilpauk

No : 17, Lakshmi Street, New Avadi Rd, Kilpauk, Chennai, Tamil Nadu 600010

9176899333 ; 9176844333



60 YEARS OF TRUST

PON PONGAL

GRT Jewellers

SHUBHA AARAMBANGALIN AARAMBHAM

SPECIAL OFFERS

Gold Jewellery	Diamond Jewellery
20% OFF* on Wastage (VA)	Upto 25% OFF* on Diamond & Uncut Diamond Value (except hollow)
Silver Articles	Silver Jewellery
25% OFF* on Wastage (VA)	10% OFF* on MRP
Platinum Jewellery - Upto 30% off* on Wastage (VA) and Making Charges	

*This offer is not applicable on coins and bars. VA and MC applicable for Silver articles. This offer cannot be combined with any other offer. Limited period offer. Conditions apply.

HDFC BANK Offers 2% Cashback* till transaction 17/1/2025 Max cap. Rs. 5000. Validity: 1st Jan to 17th Jan 2025. T&C apply. Attractive offer on online purchase also.

2nd Avenue, Thirumangalam, Anna Nagar West, Chennai. Ph: 044 - 2628 1515

New No. 2, 5th Street, 3rd Main Road, AB Block, Roundtana, (Behind Nalli Silka), Anna Nagar, Chennai. Ph: 044 - 2622 1515

226, Purasawalkam High Road, Purasawalkam, Chennai. Ph: 044-2644 1515.

Store Locator



Tamil Nadu | Puducherry | Andhra Pradesh | Telangana | Karnataka | Singapore

Shop online at: www.grtjewellers.com | **GRJ LIVE** Stay true the comfort of your home

நாள்தோறும் சில பழங்களை சாப்பிடுங்கள்!

பழங்களில் பொட்டாசியம் நிறைவாக உள்ளதால், ரத்த அழுத்தத்தைக் கட்டுக்குள் வைக்கிறது. மேலும் சிறுநீரகத்தில் கல் உருவாவதற்கான வாய்ப்பையும் குறைக்கிறது. வயிறு நிரம்பிய உணர்வைத் தந்தாலும் இதில் கலோரி மிகமிகக் குறைவாகவே உள்ளது. அன்னாசி அப்பழத்தில் வைட்டமின் பி உயிர்சத்துகள் அதிக அளவில் உள்ளது. அது உடலில் ரத்தத்தை விருத்தி செய்வதாகவும் உடலுக்கு பலத்தை தருவதாகவும் இருப்பதோடு பல வியாதிகளை குணப்படுத்தும் அரிய மருந்தாகவும் இருக்கிறது. உடலில் போதுமான ரத்த மில்லாமல் இருப்பவர்களுக்கு அன்னாசிப்பழம் ஒரு சிறந்த டானிக். இதனால் ரத்தம் சம்மந்தமான அனைத்து கோளாறுகளும் நீங்கும். அன்னாசி பழத்தை தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வர பெண்களுக்கு ஏற்படும் வெள்ளை நோய் குணமாகும். விளாம்பழம் பல வியாதிகளை குணப்படுத்தும் சிறந்த பழமாகும். இதில் இரும்பு சத்தும், சுண்ணாம்புச் சத்தும், வைட்டமின் ஏ சத்தும் உள்ளது. மாதுளம் பழத்தை சாப்பிட்டு

வந்தால் மலச்சிக்கலிலிருந்து குணம் பெறலாம். வறட்டு இருமல் உள்ளவர்கள் தொடர்ந்து மூன்று நாட்களுக்கு மாதுளம் பழம் சாப்பிட்டு வந்தால் இருமல் குணமாகும். தினமும் வாழைப்பழம் ஒன்றை சாப்பிட்டு வந்தால் மூல நோயிலிருந்து விடுபடலாம். மேலும் கண் பார்வை தெளிவடைய ஆரம்பிக்கும். பருக்கள் வருவதைத் தடுக்க நினைப்பவர்கள், வைட்டமின் ஏ சத்து நிறைந்த பழங்களை எடுத்துக் கொள்வதில் கவனம் செலுத்த வேண்டும். வைட்டமின் சி உள்ள பழங்களை அப்படியே சாப்பிடுவதுதான் நல்லது. இதனைச் சூடுபடுத்தும்போது வைட்டமின் சி குறைந்துவிடும் அல்லது அழிந்துவிடும். எலுமிச்சை, சாத்துக்குடி, ஆரஞ் பழங்களில் அதிக அளவு விட்டமின் 'சி' சத்து உள்ளது. சூரிய வெளிச்சம், காற்று கூட வைட்டமின்-சி சத்துக்கு எதிராக செயல்படக் கூடியவை. எனவே, வைட்டமின் சி நிறைவாக உள்ள பழங்களை உடனடியாக சாப்பிட்டுவிட வேண்டும். நீண்ட நேரம் வைத்திருக்கக் கூடாது. பழங்களை தினமும் உண்ணுங்கள் நல்ல ஆரோக்கியம் பெறுங்கள்.

நோயற்ற வாழ்வு தரும் வரகு!

நவதானியம் என்று அழைக்கப்படும் 9 வகையான தானியங்களில் வரகு அரிசியும் ஒன்று. வரகு அரிசி நமது பழந்தமிழர் வாழ்வில் பின்னிப் பிணைந்திருந்தது நாம் மறந்து போன வரகை நாம் மீண்டும் பயன்படுத்த ஆரம்பித்தால் நம் வாழ்க்கைக்கு மீண்டும் புத்துயிர் ஊட்டுவதாக அமையும். வரகில் புரதம், கால்சியம், வைட்டமின் 'பி' ஆகியன இருக்கின்றன. தாதுப்பொருட்களும் நிரம்ப உள்ளன. மேலும், விரைவில் செரிமானம் அடைவதுடன் உடலுக்குத் தேவையான சக்தியையும் கொடுக்கும். வரகு அரிசி ரத்தத்தில் அதிகளவு சேர்ந்துள்ள சர்க்கரையின் அளவை கட்டுப்படுத்தி மிதமான அளவுடன் பராமரிக்கிறது. நடுவயது, முதிர்ந்த வயதினருக்கு வரக்கூடிய மூட்டுவலியைக் கட்டுப்படுத்தி, ஆரோக்கியத்தைத் தருகிறது. மாதவிடாய் கோளாறுகளால் அதிக அளவு பாதிப்பைச் சந்திக்கும் பெண்கள் வரகைச் சமைத்து சாப்பிடுவது நல்லது. இரத்த போக்கு சீரடையும், வயிற்று வலியும் குறையும் என்கிறார்கள் சித்த மருத்துவர்கள். நம் வாழ்வில் எல்லா தானியங்களையும் நாம் இயற்கைப் பேரழிவுகளில் இழந்துவிட்டாலும், வரகு என்ற தானியம் மட்டும் நாம் இழந்துவிடாமல் இருக்க நம் முன்னோர்கள் வரகு

என்ற தானியத்தை கோவில் கோபுரக் கலசங்களில் வைத்து பாதுகாத்துள்ளார்கள். வரகு என்ற தானியம் கோவில்களில் இடி விழாமல் காக்க வல்லது என்பதும் ஒரு காரணம். ஏனெனில் முளைப்பதற்கு முன்னர் உறக்க நிலையில் இருக்கும் தானியத்தில் ஒரு உயிரோட்டம் எப்போதும் இருக்கும். அந்த உயிரோட்டம் எப்போதும் அதன் முளைப்புத் திறனை பாதுகாப்பதுடன் அதைச் சுற்றி ஒரு காந்தப் புலத்தையும் உருவாக்கி வைத்துள்ளது. அந்தக் காந்தப் புலம் பன்னிரெண்டு ஆண்டுகள் அதிக அளவில் நிலைத்திருப்பது வரகு தானியத்தில் மட்டுமே. எனவேதான் பன்னிரெண்டு ஆண்டுகளுக்கு ஒரு முறை குடமுழுக்கு என்ற பெயரில் கும்பங்களில் உள்ள வரகு தானியத்தை மாற்றி, அதன் காந்தப் புலத்தை அதிகப்படுத்தி வைப்பார்கள். (இந்த கருத்து சித்த மருத்துவர்கள் சொல்லும் கருத்துதான்). இவ்வளவு காந்தப்புலம் கொண்ட வரகை நாம் சாப்பிட்டால் நமது வான் காந்த ஆற்றல் அதிகரிக்கும். இதனால் நமது உடலின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை நிலைப்படுத்துகிறது. எனவே நோயற்ற வாழ்வு வாழ வரம் தரும் வரகு என்ற தானியமே. அதுவும் உரம் போடாத, பூச்சி மருந்து அடிக்காத வயலில் இயற்கையாக விளைந்த வரகு மிக, மிக உயர்ந்த பலன்களை அளிக்க வல்லது.

முடி கொட்டுதல் மற்றும் இளநரையை போக்க சில குறிப்புகள்

இன்றைய காலத்தில் சுத்தமான நீர் இல்லாததாலும், இயற்கை முறையில் தலைக்குக் குளிக்காமல், இரசாயனக் கலப்பு நிறைந்த ஷாம்பு, சோப்பு போன்றவற்றால் குளிப்பதாலும் இளம் வயதிலேயே தலை முடி கொட்டி விடுகிறது. முடி உதிர்ந்தல், இள நரை, சொட்டை என பலவகையான கூந்தல் பிரச்சனைகளை கரிசலாங்கண்ணி அடியோடு ஒழிக்கும். முடி உதிர்ந்த இடத்தில் எலுமிச்சம்பழ விதை, மிளகு சேர்த்து அரைத்து தேய்த்து வர முடி வளரும். பூசனி கொடியின் கொழுந்து இலைகளை கசக்கிய சாறு தலையில் தடவிவர முடி வளரும். கீழாநெல்லி வேரை சுத்தம் செய்து சிறிய துண்டாக நறுக்கி தேங்காய் எண்ணெயில் போட்டு காய்ச்சி தலைக்கு தடவி வந்தால் வழக்கை மறையும், முடியும் வளரும். முடி இல்லாமல் சொட்டையாக இருக்கும் இடத்தில் முடி வளர நேர்வளங்கொட்டையை உடைத்து பருப்பை எடுத்து

காலை உணவைத் தவிர்க்காதீர்!

உடல் எடையைக் குறைக்கிறேன் என்று பலர் காலை உணவைத் தவிர்க்கிறார்கள். காலை உணவைத் தவிர்த்தவர்களிடையே நடத்தப்பட்ட ஆய்வில், பெரும்பாலானோருக்கு ரத்த அழுத்தம் இயல்பைவிட அதிகமாக இருந்திருக்கிறது. உயர் ரத்த அழுத்த நோயாளிகள், 'காலையில் தவறாமல் சாப்பிட வேண்டும். காலை உணவு சாப்பிடுபவர்களிட, உணவைத் தவிர்ப்பவர்களுக்கு இதய நோய்கள் வருவதற்கான ஆபத்து அதிகம். காலை உணவைத் தவிர்ப்பதால், குளுக்கோஸ் வளர்சிதை சுழற்சியில் பாதிப்பு ஏற்பட்டு சர்க்கரை நோய் உண்டாவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகரிக்கும். காலையில் சாப்பிடாமல் இருக்கும்போது, குளுக்கோஸ் - இன்சலின் சார்ந்த செயல்பாடுகள் குறையும். அதன் பிறகு மதிய உணவின் மூலம் கிடைத்த அதிக குளுக்கோலை ஈடுகட்ட, அதிகமாக இன்சலின் சுரந்து, தொடர்ந்து மாற்றங்கள் நிகழும். சில மாதங்கள் கழித்து

பசுநீர் விட்டு மைய அரைத்து தடவாலாம். கறிவேப்பிலையை தேங்காய் எண்ணெயுடன் சேர்த்து காய்ச்சி, கூந்தலுக்கு தடவி வந்தால் இளநரையானது வராமல் இருக்கும். வெள்ளைப் பூவான கரிசாலையை நன்கு காய வைத்து, அரைத்து பொடி செய்து, ஒரு மாதம் இளநீரிலும், ஒரு மாதம் தேனிலும் கலந்து உண்ண வேண்டும். இதனால் இளநரை மாறும். கறிவேப்பிலையை சமைக்கும்போது உணவில் அதிகம் சேர்த்து, அதனை சாப்பிட்டால் உடலில் இரும்புச்சத்து அதிகமாகி கூந்தலானது கருமையாக வளரும். தேங்காய் எண்ணெய் அல்லது பாதாம் எண்ணெயுடன் சிறிது எலுமிச்சை சாற்றை விட்டு கலந்து தலைக்கு பூசி நன்கு மசாஜ் செய்து குளித்து வந்தால், இளநரை போகும். ஆகவே மேற்கூறிய இயற்கையான உணவினாலும், சரியான பராமரிப்பாலும் இளநரையை வராமலும், வந்த இளநரையை போக்கவும் செய்யலாம்.

வருவதும் போவதும் இரண்டு!

வருவதும் போவதும் இரண்டு - இன்பம், துன்பம் - புகழ், பழி - மானம், உயிர் - இளமை, முதுமை - பாவம், புண்ணியம் - ஆசை, துக்கம் - பசி, தாகம் - பந்தம், பாசம் - பொறாமை, கோபம் - பிறப்பு, இறப்பு



கொள்வீராக! இவ்விரண்டும் உம் இறைவனிடமிருந்து ஃபிர் அவனுக்காகவும், அவனது சபையோருக்காகவும் உள்ள இரண்டு சான்றுகள்.

திருக்குர் ஆன் - 28:31-32 இவ்வசனங்களில் "இவ்விரண்டு அற்புதங்கள்" என்று கூறப்பட்டுள்ளது. அச்சம் ஏற்படும் போது கைகளை ஒடுக்கிக் கொள்ள வேண்டும் என்பது மூஸா நபிக்கு வழங்கப்பட்ட அற்புதம் அல்ல. அனைவருக்கும் பொதுவானது. அச்சம் ஏற்படும் போது இதயம். கடுமையாக வேலை செய்யும். இதைத் தவிர்க்க நெஞ்சை நிமிர்த்திக் கொள்ளாமல் பறவை போல கைகளை ஒடுக்கி தொய்வாக வைத்துக் கொண்டால் இதயத்திற்கு அதிக இடம் கிடைக்கிறது. நெருக்கடி இன்றி அது வேலை செய்யும். படபடப்பு குறைந்து அச்சம் விலகும். அது மட்டுமின்றி கைகளை ஒடுக்கிக் கொள்ளும்போது யாரோ நம்மை அரவணைப்பது போன்று எண்ணம் கொண்டு வரும். இந்த மாபெரும் அறிவியல் உண்மையைத்தான் இவ்வசனம் கூறுகிறது.



சிறந்த வழிபாடாகாது. தற்பெருமைக்காக வென்று பூஜைகள் பல செய்வாரும் உளர். தங்களை விளம்பரப்படுத்திக் கொள்வதற்காக தெய்வ வழிபாடு செய்கிறவர்களும் உண்டு. இவ்விருவித ஆராதனைகள் ரஜோ குணத்தினின்று உதிப்பவைகளாம்.

உணவே மருந்து

அரைக்கீரை

நீர்க்கோர்வை, குளிரகரம், வாதகரங்கள், கபகரம், சளி இருமல் ஆகியவைகளை அரைக்கீரை போக்கும் குணமுடையது. இக்கீரை உடலுக்கு வெப்பத்தைத் தந்து சப்த தாதுக்களையும் வலுவடையச் செய்யும். இக்கீரை சுக்கில தாதுவை வலுப்படுத்தி உடல்பலத்தைப் பெருக்குவதில் தூதுவனைக் கீரைக்கு நிகரானது. வாதம், வாய்வு, வாய்வு சம்பந்தப்பட்ட உடல் வலிகள் இவைகளுக்கு கக்கு, பூண்டு, மிளகு, பெருங்காயம் சேர்த்து அரைக்கீரைக் கடையல், பொரியல் செய்து உண்டால் அந்த நோய்கள் குணமாகும். உடலில் தேங்கும் வாய்வு, வாத நீர்களைப் போக்குவதில் முருங்கைக் கீரைக்கு சமமானது அரைக்கீரை. நோயால் தளர்வுற்ற உடலுக்கு வலுவும் பலனும் தரக்கூடியது அரைக்கீரை. அரைக்கீரையை நாள்தோறும் உணவுடன்

சேர்த்து உண்டுவர உடலுக்கு அழகும் வலுவும் கொடுக்கும். அரைக்கீரை நரம்பு சம்பந்தப்பட்ட நோய்களுக்கு மருந்தாகப் பயன்படுத்தப்படுகிறது. பிடரி நரம்பு வலித்தல், மண்டை பீனிச் நரம்புவலி, ஜன்னித் தலைவலி, கன்னநரம்பு புடைப்பு ஆகியவைகளுக்கு இக்கீரை பெருங்குணமளிக்க வல்லது. மாதவிடாய் காலத்தில் பெண்ணுடன் சேர்ந்த சேர்க்கையால் வரும் சூதக ஜன்னித் கோளாறுகளை அரைக்கீரையுணவின் மூலம் குணமாக்கிக் கொள்ளலாம். தியவிகளில் உடல் சக்தியை இழந்தவர்களுக்கு இக்கீரை அரும் மருந்தாகவும், உற்றுழி உதவும் நண்பனாகவும் திகழ்கிறது. அரைக்கீரை விதையை அரைத்து மாவாக்கி உண்பதும் உண்டு. நாட்பட்ட நோய்களையும் அரைக்கீரை விதையில் சிறுகச் சிறுகக் குணப்படுத்திவிடலாம்.

சீரக வில்வாதி லேகியம்

சீரகத்தையும் வில்வவோர்க் கஷாயத்தையும் சேர்த்து, சித்த மருத்துவர்கள் 'செய்யும் சீரக வில்வாதி லேகியம்'. பித்த நோய்கள் பலவற்றையும் போக்கும் மிக முக்கிய மருந்து. சீரகம் பித்தத்தைச் சீர்ப்படுத்தும் மருந்து. எனவே, உளவியல் நோய்க்கும் கூட இதை ஒரு மருந்தாகப் பயன்படுத்த முடியும்.

Pongal celebration



Seth P.D. Hinduja Sindhi Model Senior Secondary School (CBSE) celebrated the vibrant festival of Pongal on 10th January 2025 with great enthusiasm and cultural fervor. The celebration began with a warm welcome from the Principal, Smt. Victoria, who addressed the gathering and spoke about the significance of Pongal, emphasizing its importance in fostering unity and appreciation for nature's blessings. The program commenced with a prayer, followed by a variety of traditional performances including a heartfelt poem recital, "Villu Pattu" (a folk music performance), "Kolla Attam," "Oyila Attam," "Kavadi Attam," and "Kummiyadi" dances. These performances beautifully showcased the rich cultural traditions associated with Pongal. Students also participated in various creative activities, including "Pulli Kollam" (traditional rangoli), pot painting, kite making, and fabric painting. A song was also performed by the students, adding to the festive mood of the day. The celebration culminated with the traditional "Uri Adithal" (breaking of the pot), a key ritual of the festival symbolizing abundance and the joyous spirit of Pongal. This event not only gave the students a chance to explore their cultural heritage but also strengthened their sense of community and tradition.

National Animal of Thailand



Elephants can be described as either eating machines or manure manufacturers, depending on their activity at the time. Elephants may feed for up to 16 hours a day. In the wild one animal can consume as much as 600 pounds of food in a single day, although 250 – 300 pounds is a more typical amount. Normal

daily water consumption is about 25 – 50 gallons per animal, or 100 – 200 liters. Elephants have hair all over their bodies. The elephant trunk serves as a nose, a hand, an extra foot, a signaling device and a tool for gathering food, siphoning water, dusting, digging and much more. Only male Asian elephants have large tusks. An average baby elephants weigh 200 – 300 pounds at birth. Elephants have been known to learn more than 60 commands.

District secretary appointments discussed in TVK meet

With the TVK approaching its first anniversary since its launch on February 2 last year, a key meeting was held at the party's headquarters in Panaiyur, Chennai, to discuss the appointment of district secretaries. While the party has appointed state administrators and district leaders, several districts are yet to have district secretaries assigned. The party plans to appoint 100 to 120 district secretaries based on constituency divisions. The meeting, chaired by State General Secretary Pusssi Anand, was attended by over 100 party leaders, including district heads. However, actor-politician Vijay, the founder of TVK, did not participate in the discussion. The meeting focused on identifying suitable candidates for the district secretary roles. Following the meeting, Anand personally addressed those who were not considered for the district secretary positions to pacify them. Additionally, the state-level administrative positions remain vacant, and the party is yet to finalize its policy on accepting members from other political parties. Competition has intensified among those who served in the Vijay Makkal Iyakkam and wealthy individuals seeking district secretary roles. This internal rivalry highlights the growing interest and stakes within the party, as it builds its organizational structure ahead of its first anniversary.

VKIDS TSK congratulates Prathiksha R for her remarkable talent in silambam



VKIDS TSK congratulates Prathiksha R of LKG-C for her remarkable display of skill and exhibition of her talent in silambam organised by The faces of South India and won the 1st Prize in Under 5 single stick category. The school take the privilege to wish her for her achievement and continued success in her journey and all the future endeavours.

3 plant-based protein rich foods that you should add to your diet



People across the world and in India, are increasingly converting to vegetarianism or vegan diets, cutting their overall consumption of animal-based products. Sufficient protein intake is a common concern amongst people who follow veg diets, especially since several meat options and dairy products are high in protein. Appropriately planned vegetarian diets are healthy, nutritionally

adequate, and may provide health benefits for the prevention and treatment of certain diseases like heart disease, type 2 diabetes, hypertension, certain types of cancer, and obesity. Although the Indian government has been regularly sharing information about the fact that Covid-19 doesn't spread through eating non-vegetarian food like eggs, chicken, mutton and seafood, people are still wary about it, and opting for vegetarian diets. "Vegetarian diets are appropriate for all stages of the life cycle, including pregnancy, lactation, infancy, childhood, adolescence, older adulthood, and athletes as long as they are well balanced with appropriate intakes of

vegetables, fruits, whole grains, legumes, dairy, nuts, and seeds," says Sheela Krishnaswamy, nutrition and wellness consultant. "If you too are contemplating to switch to a vegetarian or vegan diet, there are three plant foods that provide proteins which you could include to ensure your body's daily requirement for protein is fulfilled," she says, suggesting people to add almonds, lentils (dals) and millets (pearl millet and little millet) to their diet. She adds, "plant-based diets are more environmentally sustainable than diets rich in animal products because they use fewer natural resources and are associated with much less environmental damage."

TN defeat Maharashtra by 8 wicket, enter final



TAMILNADU defeated Maharashtra by eight wickets and entered the final of the Cooch Behar Trophy U-19 match played at MCA stadium, Pune. Brief scores: Maharashtra 306 & 284/9 decl in 48 ovs (Niraj Joshi 122, Sushrut Sawant 65; B Sachin 4/62, R Pravin 4/63) lost to TN 492 in 158.5 ovs & 102/2 in 23.5 ovs (S Shrenik 37 n.o). Medals for taekwondo players Students representing

TamilNadu has brought laurels to the state in the 20th National Taekwondo Championship held at Bardoli, Surat (Gujarat) from December 28 to 30. Flying Feet Taekwondo Academy players were part of the team and won medals as well. The medallists were trained by Sabum Dr.S.Mukesh Kumar, who is an international instructor. Medallists: GOLD : Diya Hasini Arun Kumar, N Mohammed Farhan, M Saksi, Y Sameer. SILVER: G Akshatha, Kavinila, Diya Hasini Arun Kumar, Gitika Kumar, N Mohammad Farhan, S Yaalini. BRONZE: S Yaalini, Kavinila, G Akshatha, N Mohamad Farhan.

PONGAL CELEBRATIONS UNFOLD AT VELAMMAL



Velammal Matriculation Higher Secondary School, Mogappair East, celebrated the vibrant harvest festival of Pongal on 10th January 2025 with enthusiasm and cultural grandeur, embracing the traditions that signify prosperity and togetherness.

The event commenced with students enthusiastically preparing sweet Pongal, immersing themselves in the festive spirit. The occasion was graced by the esteemed Chief Guest, T.V. personality and renowned Tamil poet and novelist, Dr. Yo. Sa. Rajendran, M.Com, B.Ed., whose presence elevated the celebration.

The festivities featured a series of engaging activities, including a spirited cultural performance by students, with a special song and traditional dance captivating the audience. A highlight of the event was an engaging debate by young tiny tots on the theme, "The Decline or Rise of Gramiya Kalaigal (Folk Arts) Due to Cinema," which drew widespread appreciation for its relevance and thought-provoking insights.

The school grounds came alive with colorful Rangoli, artistically decorated Pongal pots, and sugarcane, creating a festive ambience that reflected the essence of Pongal. The celebration reaffirmed the importance of preserving traditional values and promoted a festive spirit among students.

Signboard's skeleton lying idle



A signboard in T block in 12th street in Anna Nagar is uprooted with no displaying contents in it and is found lying in the support of a wall next to it. The content board in the name board is found missing with only the skeleton of it left.

Commuters, especially delivery wallets might find it difficult to navigate without a guiding banner like a name board. The corporation must take necessary steps in reinstating the signboard in its original form.

VINES ON THE STREET LIGHT @ PURASAIWALKAM



In Purasaiwalkam, Gangadeeshwarar Koil Street Vines is greeny and catchy eyes but all the Vines are grown on the wrong position. It is a very dangerous situation for people. Street light was slanting on the trees because of vines. Concerned department take action immediately



அழகப்பா கல்வி குழுமம்

மற்றும் பெற்றோர் - ஆசிரியர் நல சங்கம் உறுப்பினர்கள்

ஆசிரியர்கள், மாணவர்கள் இணைந்து நடத்தும்

சமத்துவ பொங்கல் விழா -2025

AG Alagappa Group
of Educational Institutions
NURTURING EXCELLENCE IN EDUCATION



Dr. RM. அழகப்ப செட்டியாரின் ஆசிரியருடனும், ஆச்சி Dr. உமையாள் ராமநாதன் அவர்களை நினைவுக்கூறும் வகையிலும், Dr. ராமநாதன் வைரவன் அவர்களின் வழிகாட்டுதலுடன், நம் அழகப்பா பள்ளியில் 10-1-2025 அன்று சமத்துவ பொங்கல் நிகழ்ச்சி மிக பிரமாண்டமாக நடைபெற்றது.

திரு. நி. நரேஷ் குமார் அழகப்பா பள்ளியின் அறங்காவலர் அவர்கள் தலைமையில், திரு. பரிதி இளம் கருதி 99வது வார்டு மாமன்ற உறுப்பினர் அயலகஅணி மாநில துணை செயலாளர் அவர்களும் பல குரல் மன்னன், பன்முக கலைஞர் திரு. நவீன் முரளிதர் Vijay TV KPY Contestant சிறப்பு விருந்தினராக கலந்து கொண்டு குத்து விளக்கு ஏற்றி விழாவை தொடங்கி வைத்து சிறப்புரை ஆற்றினார். கிராமிய முறைப்படி பெற்றோர்-ஆசிரியர் நல சங்க உறுப்பினர்கள் சார்பில் பொங்கல் வைக்கப்பட்டது. தமிழர்களின் பாரம்பரியத்தை விளக்கும் வண்ணம் நாற்று நடுத்தல், உறி அடித்தல், கபடி விளையாட்டு போன்றவை நிகழ்த்தப்பட்டன.

அழகப்பா பள்ளியின் மாணவ, மாணவிகள் நாட்டுப்புற கலையை வளர்க்கும் விதமாக மயிலாட்டம், ஒயிலாட்டம், சிலம்பாட்டம், தப்பாட்டம், கும்மி, கரகாட்டம், காவடியாட்டம், குழு பாடல், குழு நடனம் ஆகிய கலை நிகழ்ச்சிகள் பார்வையாளர்களை மிகவும் கவர்ந்தன. தமிழ் பாரம்பரியம், கலாச்சாரம் ஆகியவை வெளிப்படும் வண்ணம் கிராமிய முறைப்படி அரங்குகள் அமைக்கப்பட்டும், பாரம்பரிய உணவு அரங்குகள் அமைக்கப்பட்டு இருந்தன. தமிழர்களின் பாரம்பரிய உடையணிந்தும், நான்காயிரத்திற்கும் மேற்பட்ட மாணவ, மாணவிகள் மற்றும் அவர்களின் பெற்றோர்களும் கலந்துகொண்டனர். சிறிய கிராமம் போன்றும் அந்த கிராமத்தில் நடக்கும் திருவிழா போல் தோற்றமளித்த அழகப்பா பள்ளியின் வளாகத்தில் இறுதி நிகழ்ச்சியாக பிரம்மாண்டமான நடன நிகழ்ச்சியோடு கோமாதா பூஜையுடன் விழாவானது இனிதே நிறைவடைந்தது.



Fish Market Building in Dangerous Condition



Fish market building in dangerous condition at purasaiwalkam. People are very much crowded to the fish market during peak time. This building was constructed before more than 40 years old so people are very scary for the building condition. Concerned department make it immediate action to renovate the building.

MCC Nursery & Primary School



"The thankful receiver bears a plentiful harvest."

A harvest festival is an annual celebration that occurs around the time of the main harvest, the Tamil department of the **MCC nursery and primary school** celebrated the harvest festival in the assembly on **10.1.2025**. The students of classes 1 to 5 participated in various activities entertaining the audience ,they also brought out the value of the farmers and farming. The students came in their Tamil traditional costume and enjoyed the day. Our Headmistress **Mrs. Sabine Paul**, insisted the children to pray for the farmers in India. The Parents were the silent participants in the program who by sending their wards in traditional costumes and making Pongal to share with their teachers and friends made silent mark on the day's celebration. The day was a memorable one for all. Address : No 78, Harrington Road, Chetpet, Chennai - 600 031. Contact No. 9841820112, 28365205 Ext. 57

'VIJU SHAH, A Versatile Singer with a "Golden Voice"



VOICE & VISION
Learn Singing on KARAOKE Tracks

VOCAL
Bollywood Film Songs

Viju Shah 98840 20101
Flat No B 5, Ray Serene Apt, 2nd Floor
74, Ritherdon Road, Near HAVELLS Galaxy
Vepery, Chennai 600 007

Viju Shah, with an experience of more than 40 years in the field of Music is a Devoted Singer, Music Tutor, Event Organiser and Sole Admin of MASTERPIECES, Leading Vibrant Bollywood Karaoke Club of Chennai. He is an exceptional Pianist, a Keyboard player and the First Qualified Gujarati Pianist of Tamilnadu. Shared the stage on Piano with Bollywood Music Director and Saxophone Player Manohari Singh during a LIVE Show at Kamaraj Arangam. Was in the organising committee at Kamaraj Arangam which made The Legendary Playback Singer "Manna Dey" perform LIVE Concert in Chennai. Gave his first stage performance on Tabla as professional when he was only 10 and during college days accompanied Sitarist Pandit B K Mishra on Tabla. Got his training in Western Classical Music on Piano from Master Abdul Sattar / Augustin Sir and completed 6 Grades from Trinity College of Music, London. Started well renowned Symphonic Music School at Prince Plaza, Egmore training innumerable students --- many of them are professionals today.Viju Shah is the FIRST Musician who started Dandiya Orchestra in Chennai under the banner of SUR SANGAM in 1982. Consecutively for 5 years he played keyboard during Navratri Festival along with International Drums Maestro Sivamani. Founder of The MASTERPIECES, a Non Commercial Karaoke Club started in 2018, training, guiding, giving platform to Amateur Passionate Singers to perform on Stage. It is the first and the only Non Profit Initiative Karaoke Club having more than 200 members of different Communities from across the country which focuses on Evergreen Classic Melodies of Golden Era.The Concept of "MEHFIL" was brought in Chennai by Viju Shah. Starting from small Home Mehfil, MASTERPIECES Club completed it's successful 6th Anniversary on 22nd December 2024 with 38 Dedicated Singers paying Tribute to The Legend Rafi Saab. Started his dream venture "VOICE & VISION"--- Chennai's 1st Karaoke Singing Classes in training Hindi Melodies to aspiring music lovers. "For details on Musical Meets & Karaoke Singing Classes, Contact Viju Shah @ 98840 20101.

Dolphin Fountain @ EVK Sampath Road



In EVK Sampath road near St.Pauls church dolphin water fountain does not work may years. but now it look like eye catchy. The fountain is equipped with a hoses that sprays water out of the dolphin mouths, with the use of a fountain pump. Dolphin fountain is a decorative reservoir used for discharging water.

Idle public toilet booth



The public toilet booth in Vepery near iyyappa ground is not used three months. The condition of the booth is very poor with no maintainance. High instances of urinating around the zone in public makes the toilet booth a futile installation. Corporation needs to allocate a dedicated maintainance personnel to ensure proper sanitation and good environment.

VKIDS TSK Students Celebrate Pongal with Joy and Tradition



Our little stars celebrated Pongal with great enthusiasm on the school campus. The event was marked by traditional activities like preparing Pongal, decorating with rangoli, and pot decoration. Students dressed in vibrant traditional attire added to the festive spirit. The special song, skit, and the PREKG LKG and UKG pongal dance and the silambattam were the children thoroughly enjoyed.

Ajith's Good Bad Ugly to release in April

In exciting news for Ajith Kumar fans, the makers of Good Bad Ugly have officially announced a release date for the much-anticipated film. The action-packed thriller, directed by Adhik Ravichandran, will be hitting the screens during the Tamil New Year weekend, promising a festive treat for fans. This announcement comes on the heels of the recent postponement of Ajith's other project, *Vidaamuyarchi*, which was originally scheduled for a Pongal release. The makers of *Vidaamuyarchi* did not provide a new release date, leaving fans eagerly awaiting updates. However, Good Bad Ugly is now poised to fill the gap with its own exciting debut. The film features a stellar ensemble cast, including Trisha Krishnan, Arjun Das, BS Avinash (famous for KGF), Prabhu, Prasanna, Rahul Dev, Yogi Babu, and Sunil. The production of Good Bad Ugly has been completed, and the dubbing process began in December 2024, with Ajith finishing his work on the film. Produced by Naveen Yerneni and Y Ravi Shankar of Mythri Movie Makers, Good Bad Ugly promises to deliver both high-octane action and compelling performances. The film also boasts music by Devi Sri Prasad, marking his return to an Ajith film after Veeram. Cinematography is handled by Abinadhan Ramanujam, and the editing duties are by Vijay Velukutty, further ensuring the film's technical brilliance. Meanwhile, *Vidaamuyarchi*, which also stars Trisha alongside Arjun Sarja and Regina Cassandra, is another exciting project in the works. This film, with music by Anirudh, cinematography by Om Prakash, and editing by NB Srikanth, is expected to create a buzz once the release date is officially confirmed. In other news, *Idli Kadaai*, the directorial debut of Dhanush, is set to release in theatres on April 10, adding to the excitement for Tamil cinema fans.

For Advertisement Contact :

97104 52204 / 2661 3111 / 4551 8154

www.purasaitimes.com



WEAR MASK

STAY HOME STAY SAFE

Annual Sports Day 2024-2025



Champions are made from something they have deep inside them - a desire, a dream, a vision. At Sindhi Model Matriculation Hr.Sec. School, Nowroji Road, Chetpet, sports and athletics are an integral part of our curriculum. We proudly celebrated our 14th Annual Sports Meet at the ICF Silver Jubilee Stadium. The event was graced by Shri. Dushyant Mehra, Member Sindhi Educational Society and Dr. A. Sumathi, renowned Table Tennis coach for the state and national levels. The sports day commenced with a spectacular March Past, followed by impressive displays of Yoga, Silambam, and cultural performances by our Primary, Middle, and Senior students. Our students showcased their athletic prowess in 45 track events, earning laurels and accolades. The overall winners were awarded in various categories, including house-wise, March Past shield and individual championships. We also honored 20 National, State, and District-level champions in various sports such as Swimming, Badminton, Archery, Judo, Table Tennis, Tennikoit, and Throwball. As we bring the curtains down on this event, we are filled with pride and enthusiasm, knowing that our students have imbibed valuable lessons in teamwork, discipline, and perseverance, which will stay with them for a lifetime.

If any interesting News & Views in your area

Please Contact : 98409 37719

Email : purasait@gmail.com

PURASAI TIMES

The Neighbourhood Weekly

The circulation of 82,000 copies of Purasai Times is done on every Sunday

ADVERTISEMENT RATES

COLOUR	BLACK AND WHITE
One Sq.Cm : ₹ 65	One Sq.Cm : ₹ 45
Full Page : ₹ 58,500	Full Page : ₹ 40,500
Half Page : ₹ 29,250	Half Page : ₹ 20,250
Quarter Page : ₹ 14,265	Quarter Page : ₹ 10,125
Size 10 x 2 : ₹ 5,200	Size 10 x 2 : ₹ 3,600
Size 5 x 2 : ₹ 2,600	Size 5 x 2 : ₹ 1,800

Front Page	Sq.Cm	₹ 100/-
Back Page	Sq.Cm	₹ 75/-
Inside Page	Sq.Cm	₹ 65/-
Third Page	Sq.Cm	₹ 70/-
Black & White Page	Sq.Cm	₹ 50/-

GST 5% Extra

Classified Rs. 500 Upto 20 words, Extra Addl. Per Word Rs.20/-

OUR CONTACT ADDRESS

Purasai Times

33, Mookathal Street, Purasawalkam, Chennai - 600 007. (Near CSI Church)

Dial: 4551 8154 / 2661 3111

Mob: 98409 37727 / 98409 37717 / 98409 37719

E-mail : purasait@gmail.com

FOR COMPLAINT OR IRREGULAR SUPPLY OF PAPER

CALL :

97104 52204

PHOTO COMPLAINTS MAY BE SENT THROUGH

WHATSAPP :

97104 52204

CUT-OFF TIME FOR CLASSIFIEDS ON FRIDAYS IS 9.30-11.30 a.m.

Rental / Wanted and other For More Advertisements Please refer Classified Bazaar.

Advertise on Business Offers, Rentals, Buying & Selling of Houses, Flats, Plots, by spending only Rs. 500/- through "CLASSIFIEDS". (Rs. 500/- for the first 20 words and Rs. 20/- for every additional word) Cut-off time for Classifieds on Friday from 9.30 a.m. to 11.30 a.m.

Advertise in

PURASAI TIMES

CLASSIFIEDS

CLASSIFIED ADVERTISEMENTS are accepted at your Doorstep (Service Charges Rs.50) # 33, Mookathal Street, (Next to CSI Church), Purasawalkam, Ch-7. Ph : 2661 3111, 4551 8154, 98409 37719. 97104 52204

CLASSIFIED BAZAAR

BUYING & SERVICE

• **Good Price**, We Buy Old Lcd, Led Audios, Computer, Ups Battery A/C etc., service also undertaken. Contact: S.K ASSOCIATES - 9 4 4 1 4 9 3 3 5 , 8428880834.

• **Old TV LED**, LCD, Computer, Monitor, UPS, Invertor, Batteries, Heater, Generator, Laptop, Fridge, A/C, Hi Fi MusicSystem, Furnitures and all scrapes. Ct: 8 7 5 4 4 0 2 1 9 9 / 81898 02989.

PEST CONTROL

• Termite Control Bed Bugs Control Cockroach Control, Quality service. Contact: 97104 52204 / 98409 37727.

RENTAL

• **KELLYS**, THREE 2 BEDROOMS FLATS IN GROUND & 2ND FLOOR, KELLYS ROAD, 2 WHEELER PARKING, SEPARATE T.N.E.B METER, NEAR SCHOOLS, CONTACT: 99529 19465.

SALE RESIDENTIAL FLAT

• **KILPAUK**, Garden Colony 2400/4800 Sft on 30 Ft Road calm area clear title. Ct: 63810 76225.

SALE

• **PURASAIWAKKAM**, 3000 sq.. ft. near perambur railway station old house sale contact 9840091981.

• **THIRUMULLAI VOYAL**, 3349 sq.ft, Thirumullaivoyal, Rs. 1500 per sq.ft. Ct: AKG 9840091981.

• **PURASAIWAKKAM**, near spr city, built up, chargeable-1853(1600 built up, 510 sq.ft pvt terrace), 4th flr, UDS-803sq.ft, 2 car parks, 8yrs old. Rs.1.90cr(Nego) only veg. Ct: 9840091981.

ADMISSION OPEN

• **VELAMMAL NEXUS** Admission open 2025-26 Contact 7358 390 408 w w w . velammalnexus.com.

• **CSI EWART MAT. HR. SEC.SCHOOL** ADMISSIONS OPEN FOR THE YEAR 2025-2026 CT: 9176100023.

• **C.S.I EWART GLOBAL SCHOOL** Aadmission open application forms from Pre-KG to Grade VIII for the year 2025 - 2026 are issued.

C3 FITNESS

• Start your fitness today at vepery - 98840 97333 , 98843 96333/ kilpauk - 91768 99333, 91768 44333.

BHARAT ACCOUNTING AND TAX SERVICES

• GST filing, pf & ESI, Tds filing, GST 9, GST 9C etc.. W h a t s A p p : 93452 68563.

THE CHENNAI METROPOLITAN CO OPERATIVE HOUSING SOCIETY LTD

• House mortgage loan, jewel loan, cmda approved flats, fixed deposit & safety lockers available. Ct: 044- 2532 1795/ 2532 5494/2532 3366/2542 0540

BUILDING ★CONSTRUCTION★
Rs.1950 PER SQ.FT.
FREE OFFER
(ALL ROOMS LIGHTS & FANS)
RENOVATIONS ALSO DONE.
PADMANABHAN
B.TECH (CIVIL)
98414 07009

AR EXPRESS

• International shopping service Courier, Cargo, Priority Parcel Service Contact: 98844 55723, 70101 81817.

Beware of Excess Body Fat

The excess body fat increase the risk for at least 13 different types of cancer, according to new report from the United States Centre for Disease Control and Prevention. Overweight and obesity related cancers accounted for up to 40% of all cancer diagnosis in the U.S

Eat a brain-healthy diet to support strong mental health

Foods that may support your mood include beans, legumes (e.g., lentils), fatty fish rich in omega-3s, nuts (e.g., walnuts, almonds, cashews and peanuts), avocados, dark leafy greens (e.g., spinach, kale and Brussels sprouts), and fruit (e.g., blueberries). Dark chocolate has also been found to be potentially beneficial for mental health. For the best dietary and nutritional advice, talk to a registered dietitian.

Donate Blood & Eyes

NEW FLATS FOR SALE
2 BHK LUXURY FLATS
CHINDADRI PET
(Swaminaickan Street)
935 sqft, 1082 sqft
1097 sqft
(In 1st floor and 2nd floor)
No brokers please
CALL
98840 32003

Disclaimer
The news and views published in articles and advertisements are fed by different people and advertisers for which the Publisher is not held responsible. Customers are requested to verify themselves well before purchase of goods and utilization of the services offered.
-Editor

THANKS GIVING
May the Sacred Heart of Jesus Be loved adored and glorified throughout the whole world now and forever.
Amen

RENTAL
PURASAIWAKKAM
2.5 BHK
2ND FLOOR,
1200 SQ.FT., NO LIFT,
NO CAR PARKING,
NEXT TO NOBLE HOSPITAL
97104 18129

★ SANRAC REAL-ESTATE ★
♦ **INDEPENDENT HOUSE FOR SALE**
754 SQ.FT, 1.25 CRS CHOOLAI.
♦ **INDEPENDENT HOUSE FOR SALE**
1800 SQ.FT, 2.2 CRS KOSAPET
98840 44472

VISIT OUR WEBSITE :
WWW.PURA-SAITIMES.COM
FOR OUR CURRENT ISSUE.

THIS BOX COST
Rs.700/-

CLASSIFIED ADVERTISEMENTS
Rental, Sale, Real Estate, Tuitions, Wanted, etc.,
Rs. 500/- for 20 words only
Also accepted at your Doorstep
(Service Charges Rs.50/- Extra)
All Credit & Debit Cards are also accepted

Praise the Lord

AKG REAL ESTATE
BUYING / SELLING & RENTALS



SALE

- **PERIYAR NAGAR**, 1400 sq.ft, 3 BHK, Rs. 1cr.
- **VILLIVAKKAM**, 1500 sq.ft. INDIVIDUAL HOUSE, Ground 1st floor.
- **GKM COLONY**, NEAR LOCO 1200 sq.ft. Ground 1st & 2nd floor, Rs.2.10 Cr.
- **KOLATHUR**, 2 BHK, 888 sq.ft. Rs. 62 lakhs

Cell : 98400 91981

அரசு அங்கீகாரம் பெற்ற பாதுகாப்பு பெட்டக வசதி
சென்னை பெருநகர கூட்டுறவு வீட்டு வசதி சங்கம் லிட் -எண்: 900



சென்னை பெருநகர கூட்டுறவு வீட்டு வசதி சங்கம் 1912 ஆம் ஆண்டில் துவக்கப்பட்டு 112 ஆண்டுகளாக மக்களுக்கு சமுதாய சேவையினை செய்து நன் மதிப்பை பெற்ற ஒரு சிறந்த சங்கம் ஆகும். சங்கத்தின் முக்கிய செயல்பாடுகள் வாடிக்கையாளர், அங்கத்தினர்களிடமிருந்து வைப்புகள் பெறுதல், வீடு அடமான கடன்கள் வழங்குதல், நகை கடன் வழங்குதல், அரசின் அனுமதி பெற்ற வீட்டுமனைத் திட்டங்களை செயல்படுத்துதல், பாதுகாப்பு பெட்டக வசதி, மெட்ரோ திருமண மண்டபம் போன்ற எண்ணில் அடங்காத சமுதாயப் பணிகளை செய்து வருகிறது.

பாதுகாப்பு பெட்டக வசதி:

அங்கத்தினர்கள் வாடிக்கையாளர்கள் நலன் கருதி சங்கத்தில் வெவ்வேறு அளவுகளுடன் கூடிய பாதுகாப்பு பெட்டக வசதி அமைக்கப்பட்டுள்ளது.

பாதுகாப்பு பெட்டகத்தில், நகைகள் மற்றும் ஆவணங்கள் போன்ற மதிப்புமிக்க பொருட்களை நீங்கள் சேமிக்க முடியும். நகைகள், கடன் ஆவணங்கள், சொத்து ஆவணங்கள், பிறப்பு அல்லது திருமணச் சான்றிதழ்கள், காப்பீட்டுக் கொள்கைகள், சேமிப்புப் பத்திரங்கள் மற்றும் பிற பொருட்களைப் பாதுகாக்க சங்கத்தின் லாக்கர்கள் பொருத்தமானவை.

முகவரி : எண். 50 ரித்தர்டன் ரோடு, வேப்பேரி, சென்னை 600 007. தொடர்புக்கு : 044-2532 1795 / 2532 5494 / 2532 3366 / 2642 0540. www.chennaiMetrocoophousing.com / www.metrograndcity.com / www.metroroomrastlecity.com

For Advertisement Contact :

98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154

www.purasaitimes.com

MCC NURSERY & PRIMARY SCHOOL

SPOT ADMISSIONS FAIR - 2025

**PRE KG, LKG & UKG
STD I to V**

DO LEARN GROW PLAY RUN SEE BELIEVE

VISIT OUR WEBSITE
www.mccprimaryschool.edu.in

SPOT ADMISSIONS OFFER

ENROLL TODAY

WHY CHOOSE US?

OUR FACILITIES:

- CONDUCTIVE LEARNING ENVIRONMENT.
- SMART BOARD CLASSES.
- COMPUTER LAB & STEM LAB
- CHILDREN'S PARK
- MODERN SPORTS EQUIPMENT
- EDUCATIONAL TOURS

OUR VALUES:

- PLANTING THE FEAR OF GOD IN EVERY YOUNG HEART.
- HARD WORK
- ACADEMIC EXCELLENCE
- STRICT ETHICAL & MORAL VALUES.
- TEAM SPIRIT.
- VALUABLE LIFE SKILL
- INNOVATIVE & CREATIVE MIND

OUR CURRICULUM

- ACTIVITY BASED LEARNING
- SPORTS COACHING PROVIDED
- SCIENCE LAB CLASSES
- THINKING SKILLS & APTITUDE CLASSES
- READING AND WRITING SKILL IN ENGLISH
- PUBLIC SPEAKING
- QUICK CALCULATION IN MATHS

'SPOT ADMISSION REGISTRATION FEE is Rs.5000/-only'

No 78, Harrington Road, Chetpet, Chennai - 600 031.
Contact No. 9841820112, 28365205 Ext. 57

EASY TRAVELS

Not Call Taxi

Minimum 5 Hours

INNOVA, INNOVA CRYSTA & MINI BUS (21 Seater)

SABARIMALA BOOKINGS OPEN

Available for Local, Marriages, Airport, Outstation etc.

21 seater A/c & Non A/c **Local Minimum 5 hours 50 Kms**
Outstation 250 Kms Coverage Per Day

Contact : 98409 37727