


EASY TRAVELS



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

Mob: 98409 37727

PURASAI TIMES

The Neighbourhood Weekly

EASY TRAVELS



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

Mob: 98409 37727

www.purasaitimes.com

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

VOL. XXXI NO. 40 2026 JAN 25 - JAN 31 **1557th Issue** Ph : 4551 8154, 98409 37719 PAGES 8

New Amudham fair shop opened at Ponnappa Street



Tamil Nadu Consumer Goods Corporation Amudham fair price shop is shifted from Sundarampillai Street to Ponnappa Street, Purasaiwalkam. MLA Paranthaman, counselor Paruthi ilam Shuruthi and DO officer and also public were opened new fair shop. It is opened at the main junction for public use. Peoples Nearby areas like ritherdonroad , clements road, Thakkar Street, subbaiah Pillai street, valliammal Street peoples belonging to that street can easily visit these shops.

LIFELINE MULTISPECIALITY HOSPITALS
Chennai, Hyderabad

LIFELINE HOSPITALS GROUP & DR. RAJARATHINAM MEDICAL AND EDUCATIONAL TRUST
FOUNDER
Mylai Mainthan
DESIYA THENDRAL
Dr. J. S. RAJKUMAR

ON THE OCCASION OF HIS
BIRTHDAY CELEBRATION
PUBLIC WELFARE & SOCIAL SERVICE PROGRAMS

Program Highlights

- INTRODUCING MOTHER AND CHILD WELFARE SCHEME
- HONOURING SANITATION WORKERS
- DISTRIBUTION OF ARTIFICIAL LIMBS
- CRICKET TOURNAMENT AWARD CEREMONY
- DISTRIBUTION OF SPORTS EQUIPMENT
TABLE TENNIS & VOLLEYBALL NETS
- FELICITATION CEREMONY FOR ACHIEVERS OF MYLAPORE
- FELICITATION CEREMONY FOR PIONEERS OF MYLAPORE

DATE: 25.01.2026
TIME: 4:00 PM
VENUE: IMAGE AUDITORIUM, MRC NAGAR, RAJA ANNAMALAIPURAM, CHENNAI - 28



WATCH LIVE
YouTube

For Advertisement Contact :
98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154
www.purasaitimes.com

EASY TRAVELS

Not Call Taxi
Minimum 5 Hours

INNOVA, INNOVA CRYSTA, URBANIA & MINI BUS (35 Seater)
Available for Local, Marriages, Airport, Outstation etc.

URBANIA - A/c **Local Minimum 5 hours 50 Kms**
Outstation 250 Kms Coverage Per Day



Contact : 98409 37727

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 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.

RENTAL

• **PURASAIWAKKAM**, Shanmugarayan street 650 sq ft. second floor, 2 bhk, separate 3phase eb, both water automatic system, wardrobes, electrical fittings cctv, 2 western toilets, rent 25000 + 1000 maintenance, contact: saravanan 9 4 4 4 0 7 6 3 1 3

• **PURASAIWAKKAM**, near gangadheeshwarar koil, 2 bedroom, hall, kitchen one a/c for rent. Suitable for small family, hindus only. Broker's excuse, By appointment only. Ct: 9444251863.

• **PURASAIWAKKAM**, Ind. House G+2 Flr, Rent Rs.22,000/- pm. Bank, I.T Companies, Veg only, No broker's Ct: 90439 16475.

• **DOVETON**, Near Doveton, 1HBKD, G.floor, Two wheeler parking, Only hindus. Ct: 95000 80602.

• **PURASAIWAKKAM**, Menod street, 2nd floor, 1bhk available for immediate occupation. Rent Rs. 21k per month. Ct: 94444 55982.

SALE

• **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.

• **NEAR SPR CITY**, 3 Bedroom flat, Built up area 1257sq. ft.,UDS 545 sq.ft., Full furnished house, interior decorated, full storage space provided well lit house Rs. 1.45 Cr. Ct: 9840091981.

• **VILLIVAKKAM**, 2700 square feet individual building with car parking rendering every month rupees 80000 site at Villivakkam MTH road near mahesh restaurant behind ground 3 portions 1st floor 5 portions 2nd floor 2 portions rental going they are looking for sale per square feet 11k. 16 feet road south facing 80x26, Ct: AKG 9840091981.

MANPOWER CONSULTANCY

• Kalaiselvi manpower consultancy. We provide Brahmin & non Brahmin cooks, baby care, patient attenders, male & female staff nurses. Ct: 99403 63954 / 96000 71798.

NEW FLATS FOR SALE

• 3bhk /4 bhk, K o y a m b e d u , poonamalli road, 2078 sq.ft, 2184 sq.ft, 3324 sq.ft, 3329 sq.ft, kilpauk- 2368 sq.ft, 4530 sq.ft to 5300 sq.ft, no brokers. Ct: 98840 32003.

RATAN JEWELLERY

• Flat rs.4000* off minimum purchase of 10grams 916 gold jewellery. 8% off * on value addition charges on gold jewellery. Ct: 27, Tana street, P u r a s a i w a l k a m . Ct: 99411 00880 81244 16156.

AMRIT MEDICAL CENTRE

• Your health our priority Emergency care 24/7 NICU Available ICU service available No: 73/28, Dr. Alagappa road, Purasaiwalkam, ch+ 84 Ct: 044 - 26427711, 2 6 4 2 7 7 2 2

★ **SANRAC REAL-ESTATE** ★
 ★ House for rent veg. community in Purasaiwakkam Rs.55000/-
 ★ House for sale in Perambur Rate. 2.2 Crs.
98840 44472

COMMERCIAL SPACE FOR RENT

• 12300 sq.ft, G+3 in Purasaiwalkam high road, parking facility, Rent Rs. 85 per sq.ft(Negotiable) Ct: 9840937727.

TUITION

• Excellent Home Tuition for 9th, 10th, 11th & 12th, Maths & Science, for Both CBSE, ICSE & State Board, Good Results assured. Contact: R . R a g h a v a n R a m a n u j a n : 9 8 8 4 1 6 1 4 8 3 .

PLOT FOR SALE

• Perambur jamalia , 5100 sq.ft, frontage 40 , Rate Rs. 6.75cr. Ct: 9840937727.

TAILORING

• MSK Gents tailoring, coat & suit, pant. We also stitch uniforms for corporate office. Ct: 90805 54086, 72994 63716.

GRT JEWELLERS

• Ponpongal special offers, Gold jewellery-20% off on wastage (VA), Silver articles 25% off on wastage(VA), Diamond jewellery upto 25% off , silver 10% off on MRP. CT: 044- 2644 1515.

CHENNAI NOBLE HOSPITAL

• Emergency care, Advanced bariatric surgery, Advanced angiography system for *Cardiac, neuro. No: 4,6,8&10, Audiappa Street, Purasaiwalkam, Chennai- 84. Phone: 044 - 4004 2222.

WANTED
FEMALE
TELECALLERS
AND
FIELD STAFF
 For Details Contact:
80561 04959

Love without condition
 Learn to love without condition.
 Talk without any bad intention.
 Donate without any reason and reservation.
 And most of all, Care for others without any expectations.

Wear Mask & Keep Maintain Distance

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

THIS BOX COST Rs.700/-

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

VISIT OUR WEBSITE : WWW.PURASAITIMES.COM FOR OUR CURRENT ISSUE.

CLASSIFIED ADVERTISEMENTS
 Rental, Sale, Real Estate, Tutions, 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

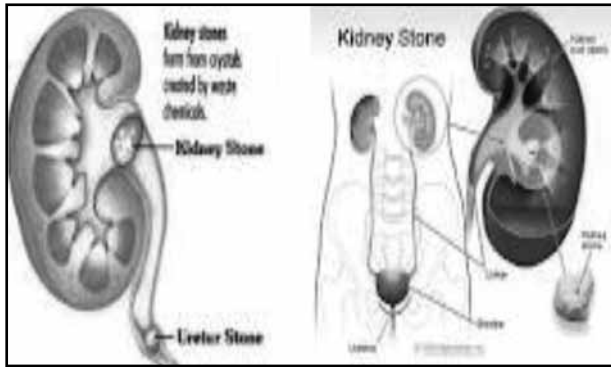


SALE

- PERIYAR NAGAR, 1400 sq.ft, 3 BHK, Rs. 1cr.
- VILLIVAKKAM, 1500 sq.ft. INDIVIDUAL HOUSE, Ground 1st floor.
- KOLATHUR, 2 BHK, 888 sq.ft. Rs. 62 lakhs
- AVADI, 5.5 Ground Rs. 1.5cr
- Near SPR CITY, 3 Bedroom flat, Built up area 1257sq.ft.,UDS 545 sq.ft., Full furnished house, interior decorated, full storage space provided well lit house Rs. 1.45 Cr.

Cell : 98400 91981

Homoeopathy never fail in kidney stone



The kidneys are the master chemist of your body, primarily responsible for filtering metabolites and minerals from the blood circulation. These secretion are then passed to the bladder and then out of the body as urine through the urethra. The urine has all the ingredients to form the stones, but all these ideally pass through urine without our knowledge. When there is an imbalance in any of these substance, the crystals cluster together into stones. In medical terminology we called as renal calculi.. Hence to win over kidney stone , one has to wage a two staged war. The first part involves becoming stone free and the second part is to eliminate the

tendency for recurrence. Homoeopathic medicines are highly effective in treating acute pain as well as facilitates the process of passage of stone in the urine. Homoeopathic treatment is highly recommended in cases where tendency of having recurrent stones is there. With homoeopathic remedies more than 95% of cases escapes surgery. Even in cases of kidney stones where surgery has already taken place, to prevent the further occurrence of the stone, homoeopathy recommended. Medicines are selected according to the individual constitution of the patient will normalise the metabolism thus preventing the further

deposition of stones. The cure rate is high with well selected homoeopathic remedies. The stone inside the kidney gradually dissolve and minimize the further deposition. Thus homoeopathy act as a safe, effective, natural alternative to surgery. This is one of the disease where homoeopathy has been very effective in preventing imminent surgery. For total cure homoeopathic treatment must be taken seriously under an expert and fully qualified homoeopathic doctor.
 COURTESY: DR SUNDARAMURTHY MD(HOM), BHMS, Msc (psy), DR. SUNDAR HOMOEOPATHIC HOSPITAL, PRINCE TOWER : 94, B4, Purasaiwakkam High Road, Opp. Abirami Mega Mall, Kilpauk, Chennai - 600 010. Time 11am to 1.30 pm and 4.30 pm to 8.30pm. for appointment call 9840446962, 9445798690. Mail: drdsundar@gmail.com, www.chennaihomoeo.com

Pamban Bridge



Pamban Bridge centers on the recent opening and testing of India's new vertical-lift railway bridge, replacing the historic 1914 structure, alongside the final dismantling of the old bridge, which recently saw ships pass through both, highlighting the transition to modern, corrosion-resistant infrastructure for

better connectivity to Rameswaram. Key Developments
 • New Bridge Operational: The new Pamban Bridge, India's first vertical-lift railway sea bridge, was inaugurated by PM Modi in April 2025, significantly improving connectivity for faster, heavier trains and larger vessels.
 • Old Bridge's

Final Days: The British-era bridge, closed in 2022 due to corrosion, recently reopened briefly for ship passage, possibly for the last time, before its dismantling, noted by observers in January 2026.
 • Dual Opening: In January 2026, both the historic bridge and the new vertical-lift bridge were opened simultaneously to allow ships through the Palk Strait, a rare sight before the old bridge's demolition.
 • Safety & Design: The new bridge features modern technology, including a 72.5-meter vertical lift span, stainless steel reinforcement, and protective coatings, designed for a 100-year lifespan in harsh marine conditions.

Republic Day celebration, the Kindergarten students of Velammal Academy



As part of the Republic Day celebration, the Kindergarten students of Velammal Academy, Nolambur took part in joyful activities along with songs and dress-up. Through these activities, they learned to love and respect our nation and its heroes.

The Madras Seva Sadan Higher Secondary School



The Madras Seva Sadan Higher Secondary School, Chetpet won the first place in the district level Inter School Kabaddi Tournament organized by Vinayaka Mission Research Foundation. The tournament was conducted at Jawaharlal Nehru Stadium 'A' ground on 7th January 2026.

ROAD SAFETY WEEK/MONTH



Tagore medical college & hospital, Rathinamangalam, Melakottaiyur (P.O), Chennai- 127. Department of community medicine & department of orthopaedics conducted road safety week/month-2026 on 12th

January, Location: TMCH Campus and 21st January, Location: BIKE RALLY, Timing: 9.30 AM- 11.00 AM. THEME: Road safety- Life safety. Chief Patrons :Prof.Dr.M.Mala, M.A., M.Phil.,Ph.D., (Chairperson&Managing Trustee, Tagore Educational Trust),

Mr.G.Manikandan, MBA(Trust Secretary, Tagore Educational Trust), Selvi. Rakshana, (Trustee, Tagore Educational Trust, CEO -JEC. Patrons: Prof. Dr.T.Ravichandran, M.D, D.C.H- Dean, TMCH, Prof. Dr. S. Habeeb Mohammed, M.S.,FIAGES, FAIS, FBS, Dio, Lap- Medical Superintendent, TMCH, Prof.Dr.D.H.Gopalan, M.S., Ph.D.,ACME- Vice Principal, IQAC & MEU Coordinator, TMCH. Organizing Committee :Dr.Prabakaran J- Prof and HOD - Department of Community Medicine, Dr.I.Jenson- Prof and HOD- Department of Orthopedics.

For Advertisement Contact :

98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154

www.purasaitimes.com

Tapasvi Shines in Bharatanatyam Record Attempt



Tapasvi, a Class VI student of Velammal Academy, Nolambur, participated in a World Record Attempt for the Largest Simultaneous Bharatanatyam Performance, organised by Adavallan Isaiyalayam and recognised by the Limca Book of Records. The management, staff, and students of Velammal Academy appreciated her dedication and talent and wished her continued success in all future endeavours.



DR. J. S. RAJKUMAR
CHAIRMAN & CHIEF SURGEON
LIFELINE GROUP OF HOSPITALS



TWO SILENT PARTNERS OF LIFE

Why Your Kidneys Deserve the Same Care as Your Heart

As we grow older, the heart often gets all the attention. We check blood pressure, cholesterol, and heart rhythm. But quietly, beside the heart, the kidneys work every second to keep life balanced. When they weaken, the heart feels the strain.

The heart and kidneys are deeply connected. The heart pumps blood; the kidneys filter it. If the heart becomes weak, kidneys receive less blood and start failing. If kidneys cannot remove excess fluid and toxins, the heart is forced to work harder. In elderly people, this loop causes fatigue, leg swelling, breathlessness, and frequent hospital visits. These are not "normal aging" signs, but warning signals.

Many seniors ignore reduced urine output, swelling of feet, or tiredness, thinking it is part of old age. In reality, protecting the kidneys is one of the strongest ways to protect the heart. Healthy kidneys help heart medicines work better, keep fluids balanced, and reduce stress on the heart.

Care for your kidneys as you care for your heart, because a strong heartbeat depends on healthy kidneys.



5 Simple Tips to Protect Kidneys & Bladder in Old Age

1. Drink water regularly, even if you don't feel thirsty
2. Keep blood pressure and diabetes under strict control
3. Avoid frequent painkiller use without medical advice
4. Never ignore urine changes or swelling
5. Do regular kidney blood and urine tests

47/3, New Avadi Road, Kilpauk.
Call: 9677 222 333

9 Studio Unisex Family Salon



In an exciting offers aspiring beauty professionals, Salon has announced the New year and pongal festival offers covering **Women's Offer-** Fruit facial @ Rs.249, Clean up @ Rs.149, D.tan @ Rs.99, Bleach @ Rs.99, Eye brow @ 9, Straightening @ Rs. 2499, Smoothing @ Rs. 2499, Botox @Rs. 3099, Keratin @ Rs. 3099, Nanoplastia @ Rs.

3500. **Men's Offer -** Haircut @ Rs.99, Facial @Rs. 150, Cleanup @ Rs. 99, D.tan @ Rs. 99, Shave @Rs.9, Bleach @ Rs. 99, Straightening @ Rs. 1499, Trimming @ Rs.9, Eyebrow @Rs.9. all done by experienced professionals. True beauty comes from within kilpauk, salon uses only branded products in order to give special glowing effect and to save your

precious skin. Makeup is not a tool meant to make an ugly thing beautiful, it is meant to magnify the beauty that already exists. Visit our salon @ No:1, Thakkar street, Purasaiwalkam, Chennai- 600 084. (Next to saravana stores) Tioming 10am - 9pm. Insta ID: 9studio_1. Ct: 99434 39239. Don't miss this opportunity to glow yourself.

The Amazing Benefits of Aloe Vera

Excellent food for general health: Aloe vera helps in removing toxins (Detoxification), helps in diseases in digestive system and it has an excellent colon cleansing ability. Aloe vera alkalizes the body;s PH level high

prevents diseases. A l o e v e r a helps in removing pimples, improve your skin texture, Remove dandruff and give shine your hair. Aloe vera helps in stabilizing blood sugar level effectively and helps maintain healthy

weight. Aloe vera lower cholesterol, boosts circulation, increase blood oxygebaton and repairs sludge blood. Aloe vera has natural; cleaning abilities and helps in improving the performance of the kidney.

Climbing perch

They are not suitable for general community aquariums as they are large and predatory fish. Smaller fish will be eaten if given the opportunity. It is not recommended to be kept in groups as they are territorial and will bully and eventually kill the weakest of their group if enough space is not provided.



Puffer

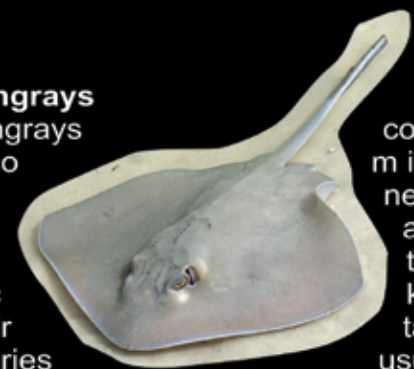
There Are Over 190 Different Species of Puffer Fish. Most puffer fish species are round in shape, but a few are more box-like, says Lizeth Webster, curator of fish and invertebrates at the Long Island Aquarium. If you have a saltwater aquarium, there are plenty of puffer fish species to choose from because most puffers thrive in saltwater. In comparison, there are less than 30 species of freshwater puffer fish.



DID YOU KNOW?

Stingrays

Stingrays contain venom spikes located on their bodies. Injuries occur



when a person steps on a stingray (which is often buried in sand) while wading in shallow ocean surf. The stingray thrusts its tail spine into the person's foot or leg, releasing venom.

Lionfish

Lionfish are venomous, not poisonous. Venom must be injected into the body through bites, spines, fangs and stingers while poison must be inhaled or ingested (eaten, swallowed or absorbed) in order for the toxin to have any effect.

Memoir of Rev. Prabu Meignanavolli

A tribute to Rev.G.Prabhu Meignanavolli the younger son of Rev.S.Gnanapragasam & Mrs. Deborah gnanapragasam. He was born on 20.06.1961. His sister, Mrs.Hilda Gnanasironmani is a year older to him. He did his schooling in Don Bosco HSS, Perambur and his PUC & UG in Hindu college, Pattabiram. He was actively involved in all the college activities and was chairman of his department. Later he did his B.ED & M.ED in meston College, Royapettah. He later joined as a teacher in our school. The Baynes memorial Baptist Church Matric Higher Secondary School in 1987. A very good teacher and good in singing too. Both of us feel in love and in 8 Nov

1990, we were married by my dad & Bishop Rt.Rev.Dr.J A L baynes. We have three children Dr.Deborah Robin Prabhu, Rev.Joseph Samuel Baynes Prabhu and Mr.Daniel Abraham Baynes Prabhu. Our eldest daughter completed her MBBS in Pondy University and was married to Dhinakaran. N an Engineer in 2014, and has a little Princess Abigail Grace Suzanne and Little Asher King. Joseph completed his BA English and M.Div in MTSC. He is married to Shirley Helen Judith they have two sons Delbert Prabhu and Darius Baptist, Daniel has completed His MSW in MCC College. He is married to Steffi. He is now teaching in our School Rev. Prabu is a very loving and caring

husband. He has been with me through thick and thin. We have all heard this, "Behind every successful Man is a woman" But for me it is "Behind Sukanya is Prabhu". He has been my strong support in leading me helping me and praying for me.

A man known for his soft-spoken character, has never been in what I have seen, a person who scolds or shouts at someone. I praise God for the testimonial life he lived for God which by itself, is an example for many. With respect to the desire for serving the Sovereign Lord and for the extension of his Glorious Kingdom, he used to preach the Word boldly without any hesitation. He exhibited great love towards other Pastors and ministers of God whom he also invited to the Madras English Baptist Church and honoured them. I feel honoured in saying that he was a true servant of God and he lived a holy life on this earth. We have a hope that one day we'll see him face to face.

Precious in the sight of the LORD is the death of his faithful servants. Psalm 116:15

8th ANNIVERSARY

SUNRISE 20.06.1961 **SUNSET 31.01.2018**

Rev. G. PRABHU MEIGNANAVOLLI
ALWAYS IN OUR HEARTS
WIFE, DAUGHTER, SON-IN-LAW, SONS,
DAUGHTERS-IN-LAW, GRAND DAUGHTER & GRAND SONS
MEMBERS, MADRAS ENGLISH BAPTIST CHURCH
The Management, Staff & Students
BAYNES MEMORIAL BAPTIST CHURCH MATRICULATION HIGHER SECONDARY SCHOOL
EDEN GARDEN BAPTIST CHURCH NURSERY & PRIMARY SCHOOL

San Thome Basilica

He never made a mountain over a mole hill; instead it would be making a mountain into a mole hill. Every big problem would be nothing with him beside. The Lord Jesus took him as he was His loving child. He is now resting safe in the arms of Jesus. I praise the Lord Jesus for giving me a wonderful and caring husband like Prabhu. May his soul rest in peace.

The San Thome Basilica is a significant heritage site in Chennai with a rich history dating back to the 16th century. The basilica was built by the Portuguese over the tomb of Saint Thomas, one of the twelve apostles of Jesus Christ, who is believed to have travelled to India in 52 AD. The church is a fine example of neo-Gothic architecture, with its towering spires, stained glass windows, and intricate interiors. As one of the key monuments in Chennai, San Thome Basilica attracts devotees and tourists alike. It symbolises Chennai's Christian heritage and serves as a serene place for reflection. The underground tomb chapel, where the remains of Saint Thomas are kept, is a highlight for visitors interested in religious history.

Need attention for the pavement smooth



A three wheeled bicycle is parked on the Valliammal College Walkway. This makes it difficult for the students to walk on the platform. We request the concerned department to take immediate action to remove these vehicles cycle and keep the pavement smooth.

SP டெண்டல் கேர்



உங்களுக்கு அருகில் இப்போது திறக்கப்படுகிறது! திறப்பு சிறப்பு சலுகை, இலவச பல் பரிசோதனை, அனைத்து சிகிச்சைகளுக்கும் 30% தள்ளுபடி. * பல் சுத்தம் (ஸ்கேலிங்), * பல் நிரப்பு & ரூட் கனால் சிகிச்சை, * பல் அகற்றுதல், * செயற்கை பற்கள், * குழந்தைகள் பல் பராமரிப்பு. ஆரோக்கியமான புன்னகை SP டெண்டல்

கேரூடன் தொடங்கும்! முகவரி: 6, வள்ளுவர் தெரு, புரசைவாக்கம், சென்னை - 600007. முதியவர்கள் மற்றும் குழந்தைகளுக்கு வீடு வந்து சிகிச்சை வழங்கப்படும். தேதி: 15/01/2026 முதல் 31/01/2026 வரை, நேரம்: காலை 11 மணி - மதியம் 2 மணி & மாலை 6:30 மணி - இரவு 9:30 மணி. இப்போது அழைக்கவும்: 8220624664.

MADRAS CHRISTIAN COLLEGE HR. SEC. SCHOOL
No. 78, Harrington Road, Chetpet, Chennai - 600 031.
(Self Finance Stream - English Medium - Boys & Girls & Aided Stream - English & Tamil Medium Boys only)

ADMISSIONS OPEN FOR HR. SEC. SCHOOL STD. VI & XI FOR THE ACADEMIC YEAR 2026 - 2027
REGISTRATION FORM
Being issued in the School Office - 2nd Floor and OSA Office - Ground Floor

ADMISSIONS OPEN 2026 - 2027

HOSTEL ATTACHED FOR BOYS ONLY
Ph. 28365105 Extn.46

"NURTURING MINDS EMPOWERING FUTURE"

- ◆ Special Coaching for NEET, IIT, TALLY, NMMS, NTSC
- ◆ Spacious Classrooms with Smart Board
- ◆ Upgraded Science Laboratories & STEM LAB
- ◆ Library
- Vast Playground / RO Purified Drinking Water
- Diverse Clubs
- NCC, NSS, SCOUTS AND GUIDES, RSP, JRC and BRASS BAND
- ✓ Culture Exchange Programs (AFS)
- ✓ Partnership Program with APU (Asia Pacific University, Japan)

For further details contact school office, Ph : 044 - 2836 5205 / 2974 / 91766 63112

Vishal-Sundar C film officially titled Purushan



Tamil cinema's favourite commercial entertainer duo Vishal and director Sundar C have officially unveiled the title of their upcoming film as Purushan — marking their fourth collaboration after hits like Aambala, Action and Madha Gaja Raja. The announcement came through a stylish title promo released on Wednesday, which has already created

considerable buzz among audiences. The Purushan title promo hints at a mix of action, comedy and mass-appeal entertainment. In the brief teaser, Vishal is introduced as a seemingly mild-mannered husband whose gentle demeanour hides a tougher, more violent side — a contrast that underscores the film's quirky tone. Adding

to the excitement, Tamannaah Bhatia has been confirmed as the female lead, reuniting with Vishal and Sundar C after their previous collaboration in Action. Popular comedian Yogi Babu also features in a key role, promising plenty of humour. Produced jointly by ACS Arun Kumar (Benz Media) and Khushbu Sundar (Avni Cinemax), Purushan brings back Sundar C's signature team, including composer Hiphop Tamizha Adhi, cinematographer Gopi Amarnath, and editor Roger. While the full plot details and release date are yet to be announced, the teaser has set high expectations for yet another commercial entertainer from this proven filmmaker-actor partnership.

Jockey – REVIEW

Jockey delivers an immersive and fresh cinematic experience, exploring the high-stakes world of traditional goat fighting with authenticity and cinematic flair. Directed and written by Dr. Pragabhal, the film brings an intriguing blend of action, drama and cultural texture rarely seen in Indian cinema. Its unique premise immediately sets it apart, drawing audiences into the Madurai belt's competitive circuits with palpable energy and intensity. The film stars Yuvan Krishna as Ramar,

whose journey through the gritty arenas of goat competition forms the emotional core of the story. Ridhaan Krishnas delivers a fierce performance as Ramar's rival, while Ammu Abhirami provides meaningful depth in the pivotal female lead role. Madhusudhan Rao and other supporting actors add texture to the cast, grounding the dramatic stakes with credible contributions. Technically, Jockey benefits from standout work behind the camera. N. S. Uthayakumar's cinematography vividly captures the dusty arenas and kinetic

goat fights, while N. B. Srikanth's editing keeps the narrative flowing with momentum. Music by Sakthi Balaji enhances the film's emotional beats and helps anchor the drama's tone. Together with Prabhu Jacky's stunt choreography and meticulous art direction, the film crafts an engaging and memorable viewing experience. Overall, Jockey stands out for its ambition, cultural specificity and confident storytelling — offering audiences both spectacle and heart in a world they've never quite seen before.

If any interesting News & Views in your area Please Contact : 97104 52204
Email : purasait@gmail.com



WEAR MASK
STAY HOME
STAY SAFE

Draupathi 2 – Review



Draupathi 2, directed by Mohan G, stands out as a bold and confident period political drama, backed by sincere performances and a clear ideological vision. Richard Rishi delivers a powerful and restrained performance, carrying the film with conviction, while Rakshana Induchoodan brings grace and emotional depth to her role. The supporting cast, including Natty Nataraj and Chirag Jani, add

solidity and authenticity to the narrative. Mohan G deserves credit for attempting an ambitious subject on a large canvas and presenting it with clarity and purpose. The period setting, strong dialogues and earnest performances elevate the film's impact. Good work by the director and the entire team for mounting a film that is uncompromising in its theme and intent. Technically, the film is

well-mounted, with art direction and costume design effectively recreating the period milieu. The visuals lend scale and authenticity, while the background score adds intensity to key political and emotional moments. The cinematography complements the narrative, capturing both grandeur and grit without losing focus on the characters. What works strongly in Draupathi 2 is its clarity of purpose. Director Mohan G presents his viewpoint without dilution, allowing the film to provoke thought and discussion. Regardless of differing opinions, the effort, conviction and craft on display deserve appreciation. Overall, Draupathi 2 is a sincere attempt with strong performances and clear intent — good work by the director and the entire team.

For Advertisement Contact :
98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154
www.purasaitimes.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, 98409 37719. 97104 52204

தலைவலி என்றால் காபி குடிக்கிறீர்களா?

தலைவலி ஏற்படும்போது காபி குடித்தால் சில சமயங்களில் தலைவலியை தூண்டிவிட்டு அதிகரிக்கவே செய்யும். தலைவலி ஏற்படுவது வழக்கமான நிகழ்வு ஒன்றுதான். இருந்தாலும் தலைவலி வந்துவிட்டால் அவ்வளவுதான் வேறு எந்த வேலையும் செய்ய முடியாது. பெரும்பாலும் தலைவலி ஏற்பட்டால் உடல் அல்லது காபி ஸ்டிராங்காக குடிப்பது வழக்கம். ஆனால் அப்படி செய்வதால் மேலும் தலைவலி ஏற்படுமா. தலைவலிக்குக் காரணம் தலையில் தண்ணீர் அதிகமாக சேர்வதுதான். தலை குளித்தப்பிறகு தலையை நன்றாக துவட்டுதல் வேண்டும். தலை குளித்தவுடனே அதிக வெயிலில் சென்றால் வேர்வை அதிகம் பெருக்கி தலைவலியை ஏற்படுத்தும். தலை குளித்தபிறகு குளுமையான பாணங்களையும், குளிர்ந்த உணவு வகைகளையும் உண்ணுவதைத் தவிர்க்க வேண்டும். கண்களில் கோளாறு ஏற்பட்டாலும் தலைவலி ஏற்படும். இருதைய கோளாறு இருந்தாலும் தலைவலி ஏற்படும். மேலும் தொடர்ந்து தலைவலி வருபவர்கள் மருத்துவரின் ஆலோசனை பெற்று தலைவலிக்கான மூலக் காரணத்தை கண்டறிந்து அதற்குரிய சிகிச்சையை பெற வேண்டும். காபி குடித்தவுடன் தலைவலி காணாமல் போனதுபோல் நினைத்துக் கொள்வோம். ஆனால் உண்மை அது இல்லை. சில சமயங்களில் உங்களுடைய தலைவலியைத் தூண்டிவிட்டு, அதிகரிக்க செய்யும். அதனால் தலைவலிக்கும் போது காபி குடிப்பதைத் தவிர்க்கவும். அதேபோன்று தலைவலி இருக்கும்போது சீஸ் சேர்க்கப்பட்ட உணவுப் பொருள்கள் ஏதாவது சாப்பிட்டால், ஒற்றைத்

தலைவலி அதிக நேரம் நீங்காமல் இருக்கும். மிளகுடன் பனை வெல்லம் கலந்து காலையும் மாலையும் சாப்பிட்டு வந்தால் தலைப்பாரம், தலைவலி போன்றவை குணமாகும். மிளகை சுட்டு அந்த புகையை நுகர்ந்தாலும் தலைவலி குணமாகும். அது மட்டும் இன்றி மிளகை இடித்து தலையில் பற்றுப் போட்டாலும் தலைவலி விரைவில் குணமாகும். தொண்டை வலி இருந்தால் கொஞ்சம் மிளகு, ஓமம், உப்பு ஆகிய மூன்றையும் சேர்த்து வாயில் போட்டு மென்றால் தொண்டை வலி படிப்படியாக குணமாகும். அன்றாட வாழ்வில் சேர்த்து கொள்ளக்கூடிய மருத்துவ குணங்கள் நிறைந்த மிளகு, உடலின் நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரிக்கம். மிளகு, நம்மை நோயிலிருந்து பாதுகாக்கிறது. மிளகில் மாங்கனீஸ், இரும்பு, பொட்டாசியம், வைட்டமின் சி, வைட்டமின் கே மற்றும் நார்ச்சத்து அடங்கி உள்ளது. காது சம்மந்தமான பிரச்சனைகள், பூச்சிக் கடி, குடல் இறக்கம், சுக்குவான் இருமல் ஆஸ்துமா போன்றவற்றிற்கு மிளகு இன்றி அமையாத ஒன்று. நரம்புத்தளர்ச்சி, கை கால் நடுக்கும், உதறல், ரூபக சக்தி குறைபாடு, முதுமையில் உண்டாகும் மாறாட்டம் இவற்றிற்கு சிறந்த மருந்தாகும். மிளகைப் ஒரு ஸ்பூன் எடுத்து அதை பொடி செய்து, சிறிதளவு உப்பு சேர்த்து, சிறிதளவு நெய் சேர்த்து ஆடாக்கி சாப்பாட்டுடன் கலந்து சாப்பிட்டால் வயிற்று உப்புசம், பசியின்மை நீங்கும். சளி, ஜலதோஷம் அதிகமாக இருந்தால், மிளகு ஒரு ஸ்பூன் எடுத்து நெய்யில் வறுத்து பொடி செய்து வைத்து கொண்டு தினமும் மூன்று வேளை அரை ஸ்பூன் பொடியை சாப்பிட்டுவர இரண்டு நாள்களிலேயே நல்ல மாற்றத்தை காணலாம்.

சரும ஆரோக்கியத்தை எப்படி பாதுகாப்பது

வெளிநிப்போன முகம் என்பது அனீமியாவின் அல்லது குறைந்த ஹீமோகுளோபின்யின் முதல் அறிகுறியாக கருதப்படுகிறது. இந்த பிரச்சினையை அதன் வேரிலிருந்து குணப்படுத்த வேண்டுமே தவிர கிரீம்களால் அல்ல. பாண்டு என்பது சருமம் வெளிநி போதல் அல்லது நிறமின்றி போதல் என்பதாகும் இதன் காரணம் பித்தமானது மற்ற மூன்று தோஷங்களை விட மேலோங்கி இருப்பதால்தான் என்று ஆயுர்வேதம் விளக்கம் எரிக்கிறது. அனீமியா அல்லது பாண்டு ஏற்படுவதன் காரணம் முகம் உட்பட உடல் பாகங்களுக்கு போதிய ஊட்டச்சத்து செல்லாததாகும். இதனால் வேறு பல அறிகுறிகளான இழுப்புத்தன்மை குறைதல், சருமம் வறண்டு போதல் போன்ற அறிகுறிகள்

ஏற்படலாம். பாண்டு ஏற்படுவதற்கான பல காரணங்களில், முறையற்ற மற்றும் ஆரோக்கியமில்லாத உணவு முக்கிய காரணியாக ஆயுர்வேதம் கருதுகிறது. இதனால் ஊட்டச்சத்து குறைபாடு ஏற்பட்டு அனீமியா தோன்றுகிறது. அதற்கான மிக சிறந்த ஆயுர்வேத சிகிச்சை ரசாயனம் ஆகும். இதன் மூலம் அனீமியா குணமடைவதுடன் உடலையும் அது ஆரோக்கியமாகவும் உறுதியாகவும் ஆக்குகிறது. இந்த சிகிச்சையில் பஞ்சகர்மா (உடலை சுத்தம் செய்யும் 5 சிகிச்சை ஆயுர்வேத முறைகள்) மற்றும் மருந்துகள் கொடுக்கப்படுகின்றன. இந்த சிகிச்சை முறைகளின் மூலம் உடலில் உள்ள கழிவுகள் வெளியேறி மருந்துகள் உடலில் முறையாக உறிஞ்சப்பட்டு வளர்சிதை சீராகி உடலுக்கு ஆரோக்கியத்தை கொடுக்கிறது.

அடிக்கடி சோடா குடிக்கக் கூடாது

அஜீரணம் ஏற்பட்டால் சோடா குடித்தால் சரியாகும். உணவு எளிதாக செரிக்கும் என்று அடிக்கடி சொல்ல கேட்டிருப்போம். இது உண்மையல்ல. அடிக்கடி சோடா குடிப்பதால் கிட்னி சேதமடையும். அது டயட் சோடாவாக இருந்தாலும் இதே பாதிப்பு ஏற்படும் தொடர்ந்து சோடா குடிப்பதனால் உடலில் சர்க்கரையின் அளவு அதிகரிக்கும். சோடா விலுள்ள மூலப்பொருட்களால் நரம்பு மண்டலம் விரைவில் பலமிழந்து போய்விடும். இதனால் நரம்புத் தளர்ச்சி உருவாகும் வாய்ப்புகள் அதிகம். சோடா இருக்கும் பாட்டில் மற்றும் கேன்களில் எண்டோக்ரைன் கோட்டிங் கொடுக்கப்பட்டிருக்கும். இதனால் மூச்சு பிரச்சனையிலிருந்து இதயம் தொடர்பான பிரச்சனைகள் வருவதற்கு கூட வாய்ப்புண்டு. கலர் சோடாவின் வண்ணத்திற்காக பல கெமிக்கல் சேர்க்கப்படுகிறது.

இவை குடல், கல்லீரல் புற்றுநோய் மற்றும் தைராய்டு ஏற்படுவதற்கு வாய்ப்புகள் உண்டு சோடாவில் இருக்கும் அமிலம் பற்களில் இருக்கும் எணாமலை நீக்கிவிடும். இவற்றில் உள்ள போஸ்பொரிக் அமிலம் எலும்புகளில் இருக்கும் கால்சியம் சத்தை தளர்ச் செய்திடும். சோடாவை தினமும் குடித்தால் முதுமையில் ரூபக மறதி நோய்க்கு தள்ளப்படுவீர்கள் என ஆராய்ச்சியாளர்கள் எச்சரிக்கிறார்கள். இதனால் ரூபக மறதி, மட்டுமல்லாமல் மந்தத் தன்மை, வாய் குழறுதல் போன்றவை உண்டாகும். அடிக்கடி சோடா குடிப்பதால் டைப் 2 சர்க்கரை நோய் மற்றும் மெட்டபாலிக் சிண்ட்ரோம் ஏற்படும் இடர்பாடு 36 சதவீதமாக உள்ளது. இதனோடு சேர்த்து அதிகரிக்கும் குளுகோஸ், உயர் இரத்த அழுத்தம், கொழுப்பு மற்றும் இடுப்பு கற்றளவு பெருக்கம் போன்ற பிரச்சனைகளும் ஏற்படும்.

ஆரோக்கியமாக இருக்க எளிய வழிவகைகள்...

தக்காளியை சமைக்காமல் பச்சையாக மென்று சாப்பிட்டுவதால் வாய்ப்புண் ஆறும். தக்காளி ஜூலை வாயில் விட்டு கொப்பளித்து விழுங்கினாலும் உடனடி பலன் தெரியும். சாப்பிட்ட பின்பு ஒரு வெள்ளரிக்காய் துண்டை வாயில் போட்டு நாக்கின் மேலண்ணத்தில் 30 வினாடிகள் அழுத்துங்கள். அதிலுள்ள பைடோ கெமிக்கல்ஸ் தூர்நாற்றம் உண்டாக்கும் பாக்கிரியாக்களை அழித்து வாயை புத்துணர்வுடன் வைக்கும். வெந்தயக்கீரை கொத்தமல்லி இரண்டையும் மைய அரைத்து தலையில் பூசிக் குளிக்க தலைமுடி பட்டுப்போல் மின்னும். பாகற்காயை நறுக்கிக் காயவைத்துத் தூளாக்கி கொள்ளுங்கள். இதில் ஒரு டீஸ்பூன் தூளை ஒரு செப்புப் பாத்திரத்தில் தண்ணீர் ஊற்றி கொஞ்சம் துளசி இலைகளை அதில் போட்டு ஐந்து மணி நேரம் ஊற விடுங்கள். பிறகு அந்தத் தண்ணீரை குழந்தைகளுக்கு கொடுத்து வந்தால் எந்த வியாதிமும்

அவர்களை அண்டாது. மாத்திரை மருந்தில்லாமல் கால்சியம் சத்து பெற்றிட வெள்ளை எள்ளை வெறும் வானலியில் வறுத்து வைத்துக் கொண்டு தினமும் ஒரு டீஸ்பூன் சாப்பிட்டு வரவும். உடலுக்குத் தேவையான கால்சியம் கிடைத்துவிடும். சருமப் பிரச்சனைகள் தீர அருகம்புல் வேரை விழுதாக அரைத்து அதனுடன் மஞ்சள் தூள் கலந்து குளித்து வந்தால் அரிப்பு, நீக்கி கிருமிகள் நீங்கும். பருத்தொல்லை நீங்க புதினா இலச்சாறுடன் ஓட்ஸ் கலந்து பருக்களின் மீது தடவி 20 நிமிடங்கள் கழித்து வெதுவெதுப்பான தண்ணீரில் கழுவு பருக்கள் நாளடைவில் மறைந்துவிடும். அம்மன் அரிசி பச்சிலையின் சாறை தினமும் பருக்களின் மேல் தடவி வந்தாலும் பருக்கள் மறையும். கறிவேப்பிலையை அரைத்து சிறிய நெல்லிக்காய் அளவு உருண்டையாக்குங்கள். இதை தினமும் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட்டு வர இளநரை சீக்கிரமே மறைந்து போகும்.

மூலிகை மருந்து

கிராம்பு பலவித மருத்துவ குணங்கள் உள்ளன. இவை பெரும்பாலும் ஊக்குவித்தல், தூண்டுதல் உண்டாக்கும் பொருளாக உள்ளது. பல் வலிகளைப் போக்கும். கிராம்புப் பொடியை வறுத்து அரை கிராம் தேனில் குழைத்து சாப்பிட்டால் வாந்தி நிற்கும். கிராம்பில் உள்ள விறைக்கப் பண்ணும் ஒரு பொருள் வயிற்றிலுள்ள சில உறுப்புகளை விரைப்படையச் செய்து வாந்தியைத் தடுக்கிறது. நான்கு கிராம் கிராம்பை மூன்று லிட்டர் தண்ணீரில் போட்டு அரை பங்காக கண்டும் அளவிற்கு கொதிக்க வைத்துப் பருகினால் காலரா நோய் குணமடையும். சிறிது சமையல் உப்புடன் கிராம்பை சப்பிச் சாப்பிட்டால் தொண்டை எரிச்சல், கரகரப்பு நீங்கி தொண்டை சரியாகும். தொண்டை அடைப்பால் ஏற்படும் எரிச்சலைத் தவிர்க்க, சுட்ட கிராம்பு மிகச் சிறந்தது. கிராம்பு எண்ணெய் மூன்று துளியுடன் தேன் மற்றும் வெள்ளைப் பூண்டுச் சாறு சேர்த்து படுக்கைக்குப் போகும் முன்பு சாப்பிட ஆஸ்துமாவால் ஏற்படும் சுவாசக் குழல் அழற்சி சரியாகும். கிராம்பு மற்றும் உப்பை பசும்பாலில் அரைத்து அந்தப் பசையைத் தடவினால் தலைவலி பறந்துவிடும். தலையிலுள்ள நீரை உப்பு உறிஞ்சி எடுப்பதால் தலைப்பாரம் குறைந்து குணம் கிடைக்கிறது.



நேசிப்பது மனிதர்களுக்குக் கவர்ச்சியாக்கப்பட்டுள்ளது.

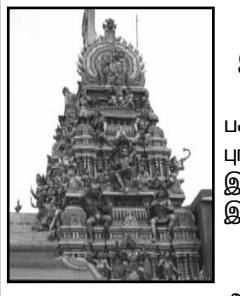
நற்பயிற்சி இல்லாதவர்களிடம் ஞானம் மிகக் கடுமையாக நடந்துகொள்ளும்!

நற்பயிற்சி இல்லாதவர்களிடம் ஞானம் மிகக் கடுமையாக நடந்து கொள்ளும். அறிவாளிகள் அதனோடு நிலைத்திருக்க முடியாது. அது அவர்களைச் சோதிக்கும் பாராங்கல்லாய் இருக்கும்: அவர்கள் அதைத் தள்ளி விடக் காலம் தாழ்த்தமாட்டார்கள். ஞானம் பெறப் பொருத்தம் உடையது. பலருக்கு அது புலப்படுவதில்லை. பையிள் - சிராக் - 6:20-22

திரட்டப்பட்ட தங்கம், வெள்ளி ஆகியவை மனிதர்களுக்குக் கவர்ச்சியாக்கப் பட்டுள்ளது!

பெண்கள், ஆண் மக்கள், திரட்டப்பட்ட தங்கம் மற்றும் வெள்ளியின் குவியல்கள், அழகிய குதிரைகள், கால் நடைகள் மற்றும் விளை நிலங்கள் ஆகிய ஆசைப்படும் பொருட்களை நேசிப்பது மனிதர்களுக்குக் கவர்ச்சியாக்கப்பட்டுள்ளது. திருக்குர்ஆன் ஆலு இம்ரான் - 3: 14

ஆண்கள் தங்க நகைகள் அணிவதை நபிகள் நாயகம் (யல்) தடை செய்துள்ளார். ஆனால் சிலர் இவ்வசனத்தை சான்றாகக் கொண்டு அண்கள் தங்க நகை அணியலாம் எனக் கூறுகின்றனர். தங்க நகைகள் அணிவது போல் இவ்வசனத்தில் கூறப்படவே இல்லை. தங்கம், வெள்ளிக் குவியல்களைத் திரட்டி வைத்துக் கொள்வது பற்றியே இவ்வசனத்தில் கூறப்பட்டுள்ளது. எனவே கவர்ச்சியாக்கப்பட்டுள்ளது என்று சொல் அனுமதிக்கப்பட்டதைக் குறிக்காது



என்னை இகழ்பவனுக்கும் இக்கோட்பாட்டை நீ இயம்பாதே!

தவமில்லாநுக்கும், பக்தியல்லாநுக்கும் தொண்டு புரியாதவனுக்கும் என்னை இகழ்பவனுக்கும் இக்கோட்பாட்டை நீ இயம்பாதே!

ஸ்ரீமத் பகவத்கீதை - அத் 18:67 வாழ்க்கைத் தத்துவங்கள் அனைத்தும் அடங்கப்பெற்றது

பகவத்கீதை. அதை முறையாக எல்லார்க்கும் எடுத்தியம்ப வேண்டுமென்பதே பகவானது கருத்தாகும். இந்த அறிவு பரவுமளவு வாழ்க்கை திருந்தியமையும். ஆனால் இதை யாருக்குப் புகட்டலாகாது என்கிற எச்சரிக்கையை பகவான் கூறுகிறார். கண் இல்லாதவனுக்கு சித்திரம் பயன்படாது என்பது போல தவம் அல்லது நெறியான வாழ்க்கை இல்லாதவர்களுக்குக் கீதா உபதேசம் பெரும் பயன் அளிக்காது. வெறும் தவம் மட்டும் போதாது. அது பக்தியோடு கூடியதாயிருக்க வேண்டும். தன்னைப் பற்றி பெரிதாக நினைத்துக்கொண்டோ அல்லது வேறு எக்காரணத்தை முன்னிட்டோ இதை ஊக்கத்தோடு கேட்க மனமில்லாதவனுக்கு இதை உபதேசிக்கலாகாது.

இரத்தத்தை சுத்திகரிக்க பாகற்காய் சாப்பிடுங்கள்!

பாகற்காயை உணவில் சிறிது வெல்லத்தைச் சேர்த்துச் சாப்பிடுவதால் கரைத்துச் சாப்பிட்டால் கபம், பித்தம், குஷ்டம், மந்தம் நாக்குப் பூச்சிகள் ஆகிய கொடிய நோய்கள் வெளியேறிவிடும். நீங்கும். பாகற்காய் பசியை பாகற்காயை வதக்கிச் சாப்பிடாலும், ஆவியில் நன்றாகத் தூண்டக்கூடியது. சாப்பிடாலும், வேகவைத்து சாப்பிட்டாலும் சேர்த்துக் கொள்ளவதால் சத்துக்கள் முழுமையாக உணவுப்பையிலுள்ள பூச்சிகள் அழியும். உணவில் பாகற்காயை சேர்த்துச் சாப்பிட்டு வந்தால் உடலில் உள்ள பித்தம் குறையும். பாகற்காயை பெண்கள் சாப்பிட்டால் தாய்ப்பால் சுரப்பது அதிகரிக்கும். சர்க்கரை வியாதிக்கு முற்றிய பாகற்காய் சிறந்த மருந்தாக பயன்படுகிறது. காலையில் வெறும் வயிற்றில் ஒரு கப் பாகற்காய் சாறுடன், ஒரு டீஸ்பூன் எலுமிச்சைச்சாறு கலந்து சாப்பிட்டால் ரத்தம் சுத்தமாகும். இரண்டு டீஸ்பூன் பாகற்காய் சாறுடன் தண்ணீர் சேர்த்துக் குடித்து வர மஞ்சள் காமாலை நோய் குணமாகும். பாகற்காய் இலச்சாற்றுடன் உள்ளது.

TRAFFIC AWARENESS PROGRAM CONDUCTED FOR SCHOOL STUDENTS



On 20.01.2026 at Purasaiwakkamseventhday school, traffic awareness was conducted for school students. In this, how to follow the traffic rules and driving vehicles under the age of 18 is a crime according to law and how important is the helmet by the Vepery traffic Inspector Mr. Annadurai presented to the students. Dr. P. Sekar MA., M.Ed., M.Phil, Ph.D (Principal), Headmaster and teachers presided over the event. Address : No.16, Valliammal Road, Vepery, Chennai - 600 007. Phone : 26411618, 2641 2618, 4555 0222 / Email : sdavepery@yahoo.co.in

For Advertisement Contact :
98409 37719 / 2661 3111 / 4551 8154
www.purasaitimes.com

**If any interesting News & Views in your
area Please Contact : 97104 52204**

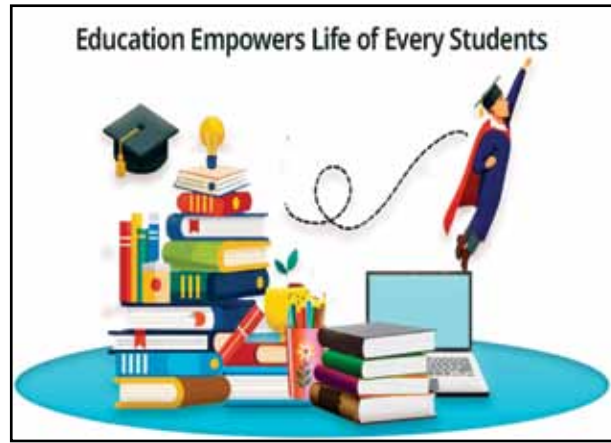
Disruption to the vehicle



Vehicles are parked in the no parking area on Gopal Street Choolai. Due to this, there is a lot of disruption to the vehicles passing through.

So the relevant departments need to take action immediately.

PERSONAL GROWTH



Education is crucial for personal growth. * societal

advancement
* economic stability
* providing essential skills like critical thinking
* boosting confidence
* ensuring financial security through better jobs, fostering equality, promoting health, reducing crime, driving innovation, empowering individuals, and enabling informed civic engagement for a better future

CHICKPEA SESAME SOUP

Ingredients: Boiled chickpea Garlic clove Sesame seeds Cumin seeds Lime juice Olive oil Salt Pepper Method: Blend 1 cup soaked and boiled chickpea, 1 garlic clove, 2 tbsp sesame seeds, 1 tsp roasted cumin seeds, 2 tsp lime juice, 2 tbsp olive oil, salt and pepper to taste. Blend all ingredients well to make a smooth paste. Add cold water to adjust the consistency and serve fresh.

2025 கபந்த ஏப்ரல் மாதம் நடந்த சட்டப்பேரவைக் கூட்டத் தொடரில் தமிழக நகர்ப்புறம் மற்றும் ஊரக உள்ளடக்கி அமைப்புகளின் மாற்றுத்திறனாளிகளுக்கு பிரதிநிதித்துவம் வழங்க வகை செய்யும் சட்ட மசோதாக்களை மாண்புமிகு தமிழக முதல்வர் மு.க.ஸ்டாலின் தாக்கல் செய்து அதை நிறைவேற்றவும் செய்தார் அதன் அடிப்படையில் சென்னை கிழக்கு மாவட்டத்தின் பகுதியை சேர்ந்த

பா.பாலாஜி (எ) ரஜினிபாலாஜி B.Com., MC
பெருநகர சென்னை மாநகராட்சியின்
நியமன மாமன்ற உறுப்பினராக தேர்வு செய்ய பரிந்துரைத்த

தமிழகத்தின் நிரந்தர முதல்வர் மாண்புமிகு
முத்துவேல் கருணாநிதி ஸ்டாலின் அவர்களும்

இளைஞர்களின் நம்பிக்கை நட்சத்திரம், நாளைய தமிழகம்,
மாண்புமிகு துணை முதல்வர் அண்ணன்
உதயநிதி ஸ்டாலின் அவர்களும்

ஏங்கலாது மனமார்த்த சஞ்சிகளை
ஏதிரிவித்துக் கொல்க்கொளம்
ஏன்றுல் கமுக பணியில்

**A.கிஷோர் குமார் C.சதிஷ்குமார் C.சந்திரசேகரன் S.ஹரிஹரன்
S.ஹரிஷ் R.மணிகண்டன் S.ஆகாஷ் B.ஜெய்குர்யா S.தர்ஷினி
G.முல்லிபாபு M.S.செந்தில் V.சுரேஷ் S.கிருஷ்ணன் V.திலக் பிரேம்குமார்**