

SIVAN TRADER E-WASTE

AC 1Lன் 1.5Lன் 2Lன்
 ₹.3500 ₹.4500 ₹.6000

❖ Stainless Steel 1Kg ₹50
 ❖ Aluminium 1Kg ₹160
 ❖ Brass 1Kg ₹450
 ❖ Copper 1Kg ₹700
 ❖ Water Heater
 ❖ Home Theatre
 ❖ Music System

INVERTER BATTERIES
 Any Condition

All A to Z E-WASTE வாங்கப்படும் ₹.3000/-

Call: 97108 20853

GST ROAD NEWS

TAMBARAM Weekly News Paper
 Email:gstroadnews@gmail.com www.gstroadnews.com
 Chitlapakkam, Tambaram West, Tambaram East, Sanitorium, Kadapperi, Venkatraman Nagar, Nehru Nagar, Mahalakshmi Nagar, Servamangala Nagar
 Vol:13 Issue - 36 21 Dec 2025 - 27 Dec 2025 4 Pages - Free Circulation Ct: 99628 80902

FLATS FOR SALE @ CHROMPET
 EAST PUDHUVAI NAGAR
 Nr.VAISHNAVA COLLEGE
 SARAVANA STORE GATE

3 BHK - 1165 Sqft
3-UNITS- FULLY FURNISHED
ONE FLAT ONE FLOOR
Rs.9000 /- Per Sqft
INCLUSIVE OFF ALL (Except Reg)
 CCTV-CCP-LIFT, AS PER VASTHU
MR CONSTRUCTION
 90035 29020/95000 35454

INDIVIDUAL DUPLEX HOUSE FOR SALE @ CHROMPET MC NAGAR, HASTHINAPURAM

NR.SAI BABA TEMPLE
3 BHK
LAND 1275 Sqft
Built up area 2050 Sqft
2 Car Parking, Balcony
North facing
SRI RAGAVA BUILDERS | 63801 02672

3 BHK INDEPENDENT DUPLEX HOUSE FOR SALE @ CHROMPET

Site Address :
 Hasthinapuram, Saraswathi Nagar
 Nr. Thirumalai Nagar, Zion School

3 BHK
 As per Vasthu, CCP, Loan Arranged
MANICKAM CONSTRUCTION
 Off.Address: Plot No.37, 7th Main Road, Vinobaji Nagar, Hasthinapuram, Chennai - 64.
94442 14382 / 94442 55004

FLATS FOR SALE @ CHROMPET

RADHA NAGAR "SRI KRISHNA NIVAS"
4 BHK
2082 Sqft

PROJECT FEATURES

- ❑ Power Backup for all Flats and Common Area
- ❑ Video Door Access Control
- ❑ False Ceiling with LED Lights & Fan
- ❑ CCTV Automatic LIFT
- ❑ Wooden Wardrobes
- ❑ Fully Furnished
- ❑ Modular Kitchen
- ❑ CCP
- ❑ Jaquar Fittings

Land Owners Interested in Joint Venture or outright Please Contact us
 No:16, D No: 32, Jesupatham Street, Radha Nagar, Chrompet, Chennai-600 044
Cauvery Foundations | 98405 76000

3BHK LUXURY VILLA @ CHROMPET
 SIVAGAMI NAGAR (NR.R.P. ROAD VIVEKANANDHA NSN SCHOOLS)

APPROVED CMDA
VANAJ Construction

Land Area 900sqft **Build up Area 1850sqft**
24x7 CCTV **Covered Car Parking**
As Per Vasthu **EV Charge Point**
87388 89990 / 80566 66010

உங்கள் பட்ஜெட்டில் சொந்த மனை வேண்டுமா???
Prime Location Plots For Sale
Near Kilambakkam Bus Stop
10 minutes to Urappakkam Rly. Stn. Vandaloor Zoo

PLOTS FOR SALE
 FOR YOUR PERFECT HOME

Scan Here for Location

Site @
 Shri Sathya Sai Nagar Phase-2
 Ayyancheri, Chennai.
VRM Sathya Planners
 No. 25, Panchayat Colony,
 Radha Nagar, Chromepet,
 Chennai - 600 044

For Enquiry Contact No. : 98400 34209

PREMIUM LUXURY FLAT FOR SALE @ EAST TAMBARAM
NR TO SANATORIUM VELAMMAL NEXUS CAMPUS

ON 30 FEET MAIN ROAD
ONLY 300 MTRS FROM SANATORIUM RAILWAY STATION

ONLY 2 FLATS AVAILABLE
3BHK - 1313 sqft
NORTH FACING

AMENITIES
 LIFT, CCP, CCTV, INVERTOR POWER BACKUP,
 EV CHARGING POINT, IND VIDEO DOOR PHONE,
 RAIN WATER HARVESTING

No: 28/23, Mahalakshmi street, East Tambaram, Chennai- 600059
AKR HOMES & DEVELOPERS
 Crafting Homes, Building Communities
98842 66667

PREMIUM 2,3,4 BHK FLATS FOR SALE @ CHROMPET

PADMANABHA NAGAR
Nr. KARUMARI AMMAN TEMPLE

NEW Projects

24 HRS POWER BACKUP*

4 BHK - 1825 Sqft
2 BHK - 941 & 898 Sqft

BALAJI NAGAR
Nr. PURUSHOTHAMAN NGR PERUMAL TEMPLE

NEW Projects

24 HRS POWER BACKUP*

4 BHK - 1710 Sqft
2 BHK - 867 & 843 Sqft

BASHYAM NAGAR
Nr. ABIRAMI KALYANA MANDABAM

NEW Projects

24 HRS POWER BACKUP*

3 BHK - 1132 Sqft
2 BHK - 1028 Sqft

Specification

- With Lift
- As Per Vaasthu
- CCP
- CCTV
- Videodoor Phone
- Ev Charger Point
- AUTOMATIC WATER TANK LEVELLER
- Red Bricks Construction

Sankar Constructions
98416 59929 / 98416 59930

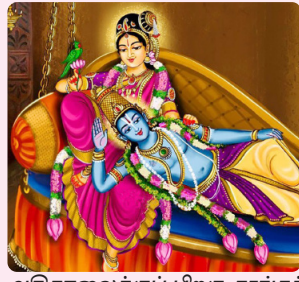
Project Approved by: **LICHEL** **HDFC BANK** **SBI**

மார்கழி மாதத்தில் இந்த விசயத்தை எல்லாம் மறந்து கூட செய்யாதிங்க...

மார்கழி மாதத்தை பத்தி மார்க்கத்திற்கு வழிகாட்டும் மாதமாக முன்னோர்கள் கருதினார்கள். வீடுபேறு எனும் மோட்சத்தினை அடைய உதவும் மாதம் மார்கழி மாதம். பீடு என்றால் பெருமை மிகுந்த அல்லது உயரிய என்று பொருள். பீடு உடைய மாதமாக மார்கழி யில் என்ன செய்யலாம் என்ன செய்யக்கூடாது என்று பார்க்கலாம். மார்கழி மாதத்தில் சூரிய பகவான் தனுசு ராசியில் சஞ்சரிப்பதால் இதை தனுர் மாதம் என்றும் அழைப்பார்கள். தனுசு ராசிக்கு அதிபதி குரு பகவான். அதாவது, குரு பகவான் வீட்டில் சூரியன் சஞ்சரிக்கும் காலம் இது. நவகிர கங்களில் அரசன் ஆகிய சூரியன், குருலவாசம் செய்யும் நேரம் என்பதால் அந்நாளில் அரசர்கள் யாரும் போர்த் தொழிலில் ஈடுபட மாட்டார்கள். பொதுமக்கள் அனைவரும் ஒன்றாக இணைந்து பத்தி மார்க்கத்தில்

ஈடுபட வேண்டிய காலமாக மார்கழியைக் கொண்டிருந்தார்கள் நம் முன்னோர்கள். **மார்க்கண்டேயர்** சப்த சிரஞ்சீவிகள் என்றழைக்கப்படும் அஸ்வத்தாமர், மகாபலி, வியாஸர், ஹனுமான், கிருபாச்சாரியார், பரசுராமர், விபீஷணர் ஆகிய ஏழு உடைய மாதமாக மார்கழி யில் என்ன செய்யலாம் என்ன செய்யக்கூடாது என்று பார்க்கலாம். மார்கழி மாதத்தில் சூரிய பகவான் தனுசு ராசியில் சஞ்சரிப்பதால் இதை தனுர் மாதம் என்றும் அழைப்பார்கள். தனுசு ராசிக்கு அதிபதி குரு பகவான். அதாவது, குரு பகவான் வீட்டில் சூரியன் சஞ்சரிக்கும் காலம் இது. நவகிர கங்களில் அரசன் ஆகிய சூரியன், குருலவாசம் செய்யும் நேரம் என்பதால் அந்நாளில் அரசர்கள் யாரும் போர்த் தொழிலில் ஈடுபட மாட்டார்கள். பொதுமக்கள் அனைவரும் ஒன்றாக இணைந்து பத்தி மார்க்கத்தில்

மாதம் மார்கழி மாதம். வைகுண்ட ஏகாதசி விழாவும் ஆருத்ரா தரிசன விழாவும் கொண்டாடப்படும் மாதம் மார்கழி மாதம். ஆஞ்சநேயர் மார்கழி மாத மூல நட்சத் திரத்தில் அவதரித்தவர். **மார்கழியில் செய்யக்கூடியவை** மார்கழி மாதத்தில் திருமணத்திற்கு வரன் பார்க்கலாம், ஜாதகம் கொடுக்கலாம், பொருத்தம் பார்க்கலாம். சீமந்தம் செய்யலாம், நிலம் மற்றும் வீடு வாங்க அட்வான்ஸ் கொடுக்கலாம். நிலம் பத்திரப்பதிவு செய்யலாம். அதிகாலையில் பஜனை பாட வேண்டும். திருப்பாவை திருவெம்பாவை பாடல் பாடுவதும் கேட்பதும் புண்ணியம். மார்கழியில் இவற்றை கண்டிப்பாக கேட்க வேண்டும். **மார்கழியில் செய்யக்கூடாதவை** மார்கழியில் விதை விதைக்கக் கூடாது. கல்யாணம் பண்ணக் கூடாது என்று சொல்வார்கள்.



அதிகாலைக்குப் பிறகு தூங்கக் கூடாது. சூரிய உதயத்திற்குப் பிறகு தூங்கக் கூடாது என்பார்கள். அத்தி மான் ஆக்கி ஜன் உடம்புக்கு கிடைக்க வேண்டும் எனவே 4.30 மணிக்கு குளித்து விட்டு வாசல் தெளித்து அரிசி மாவில் கோலம் போட வேண்டும். புது வீடு மாறக்கூடாது மார்கழி மாதத்தில் புதுமனை புகுவிழா, வாடகை வீடு மாறுதல், அலுவலகம் மாறுதல், திருமணம் மற்றும் நிச்சயதார்த்தம், காது குத்துதல், புதிய வீடு பத்திர பதிவு செய்யக்கூடாது, புதிய வண்டி வாசனம் வாங்கக்கூடாது.

திருமண வரம் தரும் சபரிமலை மாளிகைபுரத்தம்மன் வழிபாடு!

சபரிமலை ஐயப்பன் கோயிலுக்கு இடதுபுறம் சுமார் முன்னூறு அடி தொலைவில் 'மஞ்சமாதா' என்கிற மாளிகைபுரத்து அம்மன் கோயில் அமைந்துள்ளது. சுவாமி ஐயப்பன் தரிசனம் முடிந்ததும் மலையிலிருந்து கீழே இறங்காமல் மஞ்சமாதா கோயிலுக்குச் செல்வதற்கு நடைமேடை உள்ளது. மஞ்சமாதாவின் கோயில் சென்றதும் முதலில் நாம் வணங்க வேண்டியது கடுத்த சுவாமியைத்தான். மிகுந்த சக்தி வாய்ந்த தெய்வம். பிறகு அங்கிருந்து மணிமண்டபம் செல்வார்கள். இந்த மணிமண்டபம் மிகவும் அழகாக இருக்கும். இங்கே தான் மகர விளக்கன்று வரும் திருவாபரணப் பெட்டியை இறக்கி வைப்பார்கள். ஜோதி தரிசனத்திற்குப் பிறகு சபரிமலை வரும் பந்தளராஜ பரம்பரை மன்னரும் அவர்களுடும்பத்தாரும் இங்குதான் தங்குவார்கள். 'மகிஷி' என்ற அரக்கியை மணிகண்டன்

காட்டில் வதம் செய்த உடனே அந்த மகிஷியின் உடலில் இருந்து லீலா என்ற தேவதை போன்ற பெண்ணொருத்தி வெளிப்பட்டு ஐயப்பனை வணங்கி, "நான் உங்கள் மூலம் சாப விமோசனம் அடைந்தேன். எனது சாபம் நீங்குவதற்குக் காரணமாக இருந்த நீங்களே என் கணவராக வர வேண்டும். என்னை ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள்" என்று வேண்டினாள். ஐயப்பன் அவளிடம், "நான் இந்த ஜன்மம் முழுவதும் பிரம்மச்சாரியாய் இருப்பதாக சத்தியப் பிரமாணம் செய்துள்ளேன்" என்று கூற, அந்தப் பெண் தொடர்ந்து வற்புறுத்தவே ஐயப்பனும், "நான் வீற்றிருக்கும் மலையிலேயே நீயும் அமர்ந்திரு. என்னைக்கு ஒரு கன்னி சாமியாவது என்னைக் காண வராமல் இருக்கிறாரோ அன்றைக்கு நான் உன்னைத் திருமணம் செய்து கொள்கிறேன்" என்று வாக்குறுதி அளித்தார். அதைத் தொடர்ந்து, "உங்களை தரிசிக்க வரும்

பக்தர்கள், என்னையும் தரிசிக்க வேண்டும். அப்படி என்னை தரிசிப்பவர்களுக்கும் நீங்கள் அருள்பாலிக்க வேண்டும்" என்று கேட்டு சுவாமி ஐயப்பனுக்கு இடது புறத்திலேயே அவன் பிரதிஷ்டையானான். அதன்படி, அந்தப் பெண் சபரிமலையில் மஞ்சமாதா என்கிற மாளிகைபுரத்தம்மனாக அமர்ந்து இன்றளவும் வீற்றிருக்கிறாள். அன்றிலிருந்து இன்று வரையிலும் சபரிமலைக்குச் செல்பவர்கள் சுவாமி ஐயப்பனை தரிசித்து விட்டு, மாளிகைபுரத்து அம்மனையும் வணங்கி விட்டுதான் திருப்பிச் செல்கின்றனர். அதே போல், இன்று வரை சபரிமலை ஐயப்பன் கோயில் நடை திறப்பின்போது ஒரு கன்னி சாமியாவது ஐயப்பனை தரிசிக்க வராமல் இல்லை. மாளிகைபுரத்தம்மனும் அன்றிலிருந்து இன்று வரை ஐயப்பனை மணக்க ஆவலோடு காத்திருப்பதாக ஐதீகம். பக்தர்கள் மஞ்சமாதா விற்கு மஞ்சள்



பொடி தூவியும் அவளது திருக்கோயில் பிராகாரத்தை சுற்றி தேங்காயை உருட்டியும் வழிபாடு செய்து அவரது அருளை பெற்று வருகிறார்கள். சில ஐயப்ப பக்தர்கள் ரவிக்கை துண்டு வைத்தும் வழிபாடு செய்தும் வணங்குகிறார்கள். திருமணம் வேண்டி சிலர் இரண்டு ஜாக்கெட் துண்டுகளை கொடுத்து ஒன்றை திரும்பப் பெற்று அதை வீட்டிற்கு எடுத்துச் செல்கிறார்கள். இப்படி வேண்டுதல் செய்த அடுத்த ஆண்டிலேயே அவர்களது திருமண ஏற்பாடு இனிதே நடைபெறுகிறது என்றும் சொல்லப்படுகிறது. சபரிமலை ஐயப்பனுக்கு மாலை அணியும் போதே பக்தர்கள் அனைவரும் இந்த மாளிகைபுரத்து அம்மனின் பெயரையும் சொல்லியே மாலை அணிந்து கொள்கின்றனர். மாளிகைபுரத்து அம்மனை தரிசிக்காமல் எந்த கன்னி சாமியும் வருவதில்லை.

திருமண பாக்கியம் அருளும் மார்கழி மாத பாவை நோன்பு

மார்கழியில் நோற்றதால் மார்கழி நோன்பு என்றும், கன்னிப்பெண்களால் நோற்கப்படுவதால் பாவை நோன்பு என்றும் கூறப்படுகின்றது. இந்த நாளில் திருப்பாவை, திருவெம்பாவை பாடி இறைவனை வணங்குகின்றனர். மார்கழி மாதத்தில், முக்கியமாக பெண்கள் ஏற்கும் விரதம், மார்கழி நோன்பு ஆகும். ஆயர்ப்பாடியிலுள்ள கன்னியர்கள், நாட்டு முன்னேற்றத்திற்காகவும், பால் வளம் பெருகவும், நல்ல கணவர்களை அடையவும், நோன்பு நோற்றனர். கன்னியர்கள் விடியற்காலை எழுந்து, மற்றப் பெண்களையும் எழுப்பி, ஆற்றங்கரை சென்று, அங்குள்ள மணலினால் பாவை போன்ற உருவம் செய்து, மலர்கள் சூடி, பார்வதிதேவியை பாடித்துதித்து வழிபட்டனர். பன்னிரண்டு ஆழ்வார்களில்

ஒரே பெண்மணியானவரான ஆண்டாள் இயற்றிய பாவைப்பாட்டாகிய இறைவன் மீது பாடப்பட்டபாடல்கள் திருப்பாவையும் திருவெம்பாவையும் மாணிக்கவாசகர் ஆண்டாள். இவ்வாறு சிவபெருமான் மீது இயற்றிய திருவெம்பாவையும் பாவைப்பாட்டுக்களில் சிறந்தவை. மார்கழி மாதம் தேவர்களின் இரவுக் காலம் முடிவுக் காலம் ஆகும். இதை உஷத்காலம் என்றும் வைகறைப் பொழுது என்றும் கூறுவது உண்டு. இந்த மாதத்தில் யார் விடியற்காலத்தில் எழுந்து பக்தியுடன் பகவானைத் தொழுகிறார்களோ அவர்கள் சகல சவுபாக்கியங்களையும் பெறுவதுடன் ஆண்டவனின் அருளுக்கும் பாத்திரமாவார்கள். மார்கழி மாதத்தில் அதிகாலை நான்கு மணிக்கு எழுந்து வீதிகளில் பஜனை செய்தல்

வேண்டும். திருப்பாவை, திருவெம்பாவை ஆகியவை பாட வேண்டும். மார்கழி மாதம் முழுவதும் நெய் உண்ணோம், பால் உண்ணோம் என்பார் ஆண்டாள். இவ்வாறு விரதம் இருந்து காலையில் பஜனை செய்து ஆண்டவனை வழிபட அருள் கிடைக்கும். மார்கழி மாத நோன்பால் உள்ளத்தையும் உடலையும் நாம் தூய்மையாக்கிகொள்ள முடியும். அது மட்டுமின்றி மார்கழி மாத நோன்பு நமது பிறவிப்பயனே ஆண்டவனை அடைவது தான் என்பதை உணர்த்துகிறது. தெய்வமே எங்களுக்கு நல்ல கணவனைக் கொடு என்பது தான் கன்னிப்பெண்களின் பிரார்த்தனையாக இருக்கும். மாத பாவை நோன்பு இருக்கும் பெண்களுக்கு அந்த பாக்கியம் கிடைக்கும். பொங்கல் நைவேத்தியம் வைப்பது நல்லது.



Free Tulsi Plants

We have cultivated more than 200 Tulsi plants at Chrompet to issue to the people at Free of Cost Those who wants, please bring a Paper Cup filled with good soil. To reach address, search at Google for MPR Hindi Study Centre, Chrompet or call me. Ragunath MP. 9841819519

திருவெம்பாவை நோன்பு என்பது மார்கழியில் வரும் திருவாதிரைக்கு ஒன்பது நாட்களுக்கு முன்பு கடைப்பிடிக்கப்படுகிறது.

CLASSIFIEDS

RENTAL FLAT FOR RENT @THIRUMALAI NAGAR SECOND MAIN ROAD 2BHK, FIRST FLOOR, CAR PARKING, LIFT, FULLY FURNISHED, VEG ONLY 98410 77515 / 99520 49187	FLAT RESALE FLATS FOR SALE @ CHROMPET 1,2,3 BHK AVAILABLE 80722 30451
FLAT RESALE FLAT RESALE @CHROMPET PURUSHOTHAM NAGAR 4TH CROSS ST, NR VGN TEMPLE 3-BHK-1372 sqft UDS-737 sqft CCP, G-FLOOR 15 Year Old 94455 66188	FLAT FOR RESALES @CHROMPET @ HASTINAPURAM 3BHK 1075 Sqft 5 YRS OLD, 1st FLOOR LIFT, CCP 80722 30451
FLAT FOR RESALE @MARUTHI NAGAR 3 BHK - 1888 Sqft UDS - 880sqft IND HOUSE FOR SALE @ CHROMPET NEMILICHERY 2BHK LAND AREA 575 SQFT BUILT UP AREA-1640 SQFT CCP 80722 30451	FLATS FOR SALE @ CHROMPET HASTHINAPURAM 2BHK-900 Sqft, 464UDS FIRST FLOOR / CAR PARKING 99620 03409

CHROMPET CULTURAL ACADEMY
(Regd. Trust)
No.3, Indira Gandhi Cross Street, Radha Nagar Chrompet, Chennai - 600 044.
Ph: 7338833944 e-mail: info@ccatrust.org, web: ccatrust.com.

57th Annual Margazhi Isai Vizha

25-12-2025 06-00 p.m.	MS. Kiran & Nivi (Sai Sisters) - Carnatic Vocal Duet Sri Sivateja Mallajousyula - Violin Sri Akshay Ram - Mridangam Sri Sivarama Krishna - Kanjira
26-12-2025 06-00 p.m.	Smt. S. Aishwarya & Kumari S. Soundaraya - Carnatic Vocal Duet (Great Grand Daughters of Bharat Ratna M.S. Subbulakshmi and Grand Daughters of Dr. Radha Viswanathan) Smt. Shradha Ravindran - Violin Sri M.S. Venkatasubramanian - Mridangam Sri H. Sivaramakrishnan - Ghatam
27-12-2025 06-00 p.m.	Vid. S. Saketharaman - Carnatic Vocal Sri H.K. Venkatraman - Violin Sri Thanjavur Murugaboopathy - Mridangam Sri Sowmyanarayanan - Ghatam
28-12-2025 06-00 p.m.	Smt Nisha Rajagopalan - Carnatic Vocal Sri R. Raghu - Violin Sri Kumbakonam Swaminathan - Mridangam Sri H. Prasanna - Ghatam

அனுமதி இலவசம்
Donation Accepted./
கவையான கேண்டின் வசதி உண்டு

சக்கரத்தாழ்வார் பின்னால் நரசிம்மர் இருப்பது ஏன்?

திருமாலின் கையிலுள்ள சக்கரத்தை 'சக்கரத்தாழ்வார்' என்பர். பக்தர்களின் துன்பம் தீர்க்க திருமாலால் ஏவப்படும் ஆயுதம் இது. சக்கரத்தை வழிபட்டால் துன்பம் உடனடியாக நீங்கும் என்பது ஐதீகம். பக்தனான பிரகலாதனைக் காக்க திருமால் நரசிம்மராக அவதரித்தார். தாயின் கருவில் இருந்து விராததால், இந்த அவதாரத்தை



‘அவசரத் திருக்கோலம்’ என்பர். “நாளை என்பது நரசிம்மனுக்கு கிடையாது” என்று குறிப்பிடுவர். துன்பத்தில் இருந்து விடுபட்டு உடனடியாக நற்பலன் உண்டாகச்சக்கரத்தையும், நரசிம்மரையும் ஒருசேர வழிபடுவது சிறப்பு. இதன் அடிப்படையில் கோவில்களில் சக்கரத்தாழ்வாரையும், நரசிம்மரையும் முன்னும் பின்னுமாக வைத்து சன்னிதி எழுப்புவர்.

அதாவது திருவாதிரையோடு சேர்த்து விரத நாட்கள் மொத்தம் பத்து நாட்கள் ஆகும். இந்நோன்பில் அதிகாலையில் எழுந்து நீராடி சிவகாமியுடன் கூடிய நடராஜரை வழிபடுவர். இவ்விரதத்தின்போது ஒரு வேளை அவித்த உணவின் மட்டுமே உண்பர். இவ்விரதத்தை பெரும்பாலும் கன்னிப்பெண்கள் கடைப்பிடிப்பர். இவ்விரதத்தின்போது திருவெம்பாவை பாடல்கள் பாடப்படுகின்றன. இவ்வழிபாட்டில் பிட்டு படைக்கப்படுகிறது. இதனால் இவ்வழிபாடு பிட்டு வழிபாடு என்று அழைக்கப்படுகிறது.



சிட்லபாக்கத்தில் உள்ள ஸ்ரீஆனந்த ஜோதி விநாயகர் மற்றும் ஸ்ரீ பத்மாவதி உடனுறை ஸ்ரீ ஸ்ரீனிவாச பெருமான் திருக்கோயில் மஹா கும்பாபிஷேக நிகழ்வில் தாம்பரம் சட்டமன்ற உறுப்பினர் S.R.ராஜா.M.L.A., கலந்துகொண்டார். உடன் சி.ஜெகன்.M.C, கழக பொதுக்குழு உறுப்பினர் க.தேவேந்திரன், மாநகர அணிகளின் நிர்வாகிகள் இ.மனோகரன், பா.பிரதாப், ஆலய நிர்வாகிகள் மற்றும் பொது மக்கள் உள்ளனர்.

சபரிமலை தங்கம் திருட்டு சென்னை தொழில் அதிபர் கைது

சபரிமலை தங்கம் திருட்டு பாலகர் சிலைகளில் இருந்து வழக்கில் இதுவரை 7 பேர் திருடப்பட்ட தங்கத்தை கைது செய்யப்பட்டுள்ளனர். நாடகாவின் பெல்லாரியை தற்போது வழக்கு விசாரணை சேர்ந்த ஜிவல்லரி உரிமையின் போது சபரிமலை ஐயப் பன் கோயில் துவார பாலகர் சிலைகளுக்கு தங்க முலாம் பூசிய சென்னையை சேர்ந்த ஸ்மார்ட் கிரியேஷன்ஸ் நிறுவனத்தின் தலைமை செயல் அதிகாரி பங்கஜ் பண்டாரி நேற்று முன்தினம் கைது செய்யப்பட்டார். துவார

டி20 உலகக் கோப்பை கிரிக்கெட்: இந்திய அணி அறிவிப்பு

சூர்யகுமார் யாதவ் கேப்டன் அக்ஷர் பட்டேல், துணை கேப்டன். இந்திய அணியில் தமிழ் கத்தைச் சேர்ந்த வருண் சக்ரவர்த்தி, வாஷிங்டன் சுந்தர் இடம் பிடித்தனர். சுப்மன் கில்லுக்கு இடமில்லை. பிப்ரவரி 7 ஆம் தேதி போட்டிகள் தொடக்கம்.



குரோம்பேட்டை அஸ்தினாபுரம் ஆர்.பிசாலையில் உள்ள சாஸ்தாமஹாலில் அரிமா சங்கத்தின் Combined 2nd Zone Advisory Meeting நடைபெற்றது. இந்தநிகழ்வில் R.தமிழ்ச்செல்வன் ZCP Coordinator, வட்டாரத் தலைவர் எம்.ஜெயபால் MJF, மண்டல தலைவர் இ.ராஜமாணிக்கம், செயலாளர் K.H.சங்கரநாராயணன், ராதாகிருஷ்ணன் மற்றும் அரிமா சங்க நிர்வாகிகள் பலரும் கலந்து கொண்டனர்.

இம்ரான் காலுக்கு 17 ஆண்டு சிறை

சவுதி அரேபியா மன்னரிடம் பாகிஸ்தான் பிரதமராக இருந்த போது இம்ரான் காலும் அவரது மனைவியும் முறைகேடாக தங்கம் வாங்கி உள்ளனர். இது தொடர்பான வழக்கில் அவர்களுக்கு 17 ஆண்டு சிறைதண்டனை விதிக்கப்பட்டுள்ளது. இம்ரான் கான் ஏற்கனவே சிறைவாசத்தில் தான் உள்ளார்.

ஸ்ரீரங்கத்தில் வைகுண்ட ஏகாதசி விழா தொடக்கம்

பூலோக வைகுண்டம் என்று போற்றப்படும், திருச்சி ஸ்ரீரங்கம் ரங்கநாதர் கோயில் வைகுண்ட ஏகாதசி பெருவிழா நேற்று முன்தினம் மாலை மூலஸ்தானத்தில் திருநெடுந்தாண்டகத்துடன் தொடங்கியது. இந்நிலையில், பகல்பத்து உற்சவம் நேற்று காலை தொடங்கியது.

புறாக்களுக்கு உணவளிக்க தடை

கர்நாடகாவில் பொது இடங்களில் புறாக்களுக்கு உணவளிக்க தடை விதித்து அம்மாநில அரசு உத்தரவு. பொதுமக்களுக்கு இடையூறு ஏற்படுவதாலும், சுகாதார சீர்கேடு அச்சுறுத்தல் காரணமாகவும் தடை விதிக்கப்படுவதாகவும், இதை மீறினால் தொற்று நோய்களை பரப்பதில் பிரிவினரின் பங்கு வழக்குப் பதிவு செய்யப்படும் என்றும் எச்சரிக்கை.

வயிறு, இடுப்பு சதையை குறைக்கும் வகராசனம்

செய்முறை : விரிப்பில் உட்கார்ந்து, கால்களை நன்கு நீட்டி, கைகள் இரண்டையும் உடலின் பக்கவாட்டில் பதிக்க வேண்டும். இப்போது, வலது காலை மடக்கி இடது முட்டியின் அருகில் பதித்திருக்க வேண்டும். வலது கையை சற்று பின்நோக்கி வைத்து, இடது கையை மடக்கி, முழங்கையை உயர்த்திய நிலையில், வலது கால் முட்டிக்கு வெளியேவைக்க வைத்து, வலது கால் பாதம் அருகேதரையில் கையைபதிக்க வேண்டும். இப்போது, கழுத்து மற்றும் மேல் உடலை மெதுவாகத் திருப்பிக்கொள்ள வேண்டும். இது உடலையே ட்விஸ்ட் செய்யும் பயிற்சி. இதேபோல இடது காலை மடக்கி, வலது முட்டியின் அருகில் பதித்தும்

பிடிபுல், ராட்வீலர் நாய் வளர்ப்பவர்களுக்கு ஒரு லட்சம் அபராதம்

சென்னையில் பிடிபுல், ராட்வீலர் இன நாய்களை புதிதாக வாங்கி வளர்க்க நாளை முதல் தடை. மீறி வளர்த்தால் ரூ.1 லட்சம் அபராதம் - சென்னை மாநகராட்சி மன்றக் கூட்டத்தில் தீர்மானம். ஏற்கனவே உரிமம் பெற்ற பிடிபுல், ராட்வீலர் நாய்களை விட்டிற்கு வெளியே அழைத்து செல்லும்போது கழுத்துப்பட்டை (Leashing) மற்றும் வாய்க்கவசம் (Muzzling) அணிவிப்பது கட்டாயமாக்கப்பட்டுள்ளது. இதனை பின்பற்றாத உரிமையாளர்களுக்கு ரூ.5,000 அபராதம் விதிக்கப்படும்.

கெட்ட கொழுப்பினை குறைக்கும் பிஸ்தா

பிஸ்தா: கொட்டைகள், விதைகள் இவைகளை குறிப்பிட்ட அளவு அன்றாட உணவில் சேர்ப்பது அவசியம் என அறிவுறுத்தப்படுகின்றது. அதில் பிஸ்தா கொட்டைக்கு அதிக முக்கியத்துவம் அளிக்கப்படுகிறது. இதன் புரதசத்து, நார்சத்து, நோய் எதிர்ப்பு இவையே இதன் முக்கியத்துவத்துக்கு காரணம் ஆகின்றது. பிஸ்தா அநேக சத்துக்களை உடையது. ஒரு அவுன்ஸ் (அ) சுமார் 28 கி (அ) 48 பிஸ்தாக்களின் சத்தினை காணும் பொழுது, கலோரி: 159 கார்ப்போஹைட்ரேட்: 8 கிநார்சத்து: 3 கி புரதம்: 6 கிகொழுப்பு: 13 கி பொட்டாசியம்: தினம் தேவையான அளவில் 6 சதவீதம்வைட்டமின்: 28 சதவீதம் அதே அளவுமற்றும் தயமின், காப்பர், மன்கனீஸ் என பல சத்துகள் இதில் உள்ளன. * திசுக்கள், செல்கள் பாதிப்பினை தடுப்பதிலும் புற்று நோய் தவிர்ப்பிலும், பிஸ்தாவிற்கு பெரும் பங்கு உண்டு. * கண் ஆரோக்கியத்தில் பிஸ்தாவிற்கு முக்கிய பங்கு உண்டு. வயது

வெந்தயக்கீரை கார குழம்பு

தேவையான பொருட்கள்: வெந்தயக் கீரை 1/2 கப், சின்ன வெங்காயம் 20, பூண்டு 10 பல், புளி தேவையான அளவு, சாம்பார் தூள் 2 தேக்கரண்டி, சிவப்பு மிளகாய் தூள் 1 தேக்கரண்டி, மல்லி தூள் 1 தேக்கரண்டி, மஞ்சள் தூள் 1/4 தேக்கரண்டி, பெருஞ்சீரகம் தூள் 1/2 தேக்கரண்டி, உப்பு தேவையான அளவு, நல்லெண்ணெய் 1 தேக்கரண்டி, கடுகு 1/4 தேக்கரண்டி, வெல்லம் ஒரு சிறிய துண்டு. செய்முறை: வெந்தயக் கீரையை நன்றாக கழுவி வெட்டி வைக்கவும். பின் சின்ன வெங்காயம், தக்காளியை சிறு துண்டுகளாக வெட்டி வைக்கவும். புளியை தண்ணீரில் கரைத்து வைக்கவும். ஒரு கடாயில் எண்ணெய் ஊற்றி குடானதும் கடுகு போட்டு தாளித்த பின்னர் பூண்டு, வெங்காயம் சேர்த்து வதக்கவும். வெங்காயம் நன்றாக வதங்கியதும் தக்காளியை சேர்த்து வதக்கவும். தக்காளி குழைய வதங்கியதும் வெந்தயக் கீரையை சேர்த்து வதக்கவும். அடுத்து சாம்பார் தூள், சிவப்பு மிளகாய் தூள், மல்லி தூள், மஞ்சள் தூள், பெருஞ்சீரகம் தூள், உப்பு சேர்த்து பச்சை வாசம் போகும் வரை வதக்கவும். அடுத்து அதில் புளி கரைசல் சேர்த்து கொதிக்க விடவும். கடைசியாக வெல்லம் சேர்த்து ஒரு நிமிடம் கொதிக்க விட்டு அடுப்பை அணைக்கவும். மேலே நல்லெண்ணெய் 1 தேக்கரண்டி ஊற்றி பரிமாறவும்.

SAI AJAY MAHAL A/C
Chrompet Lalitha Jewellery Backside
www.saiajaymahal.com
FULLY AIR CONDITIONED • UNDERGROUND 18 CAR PARKING • GROUND FLOOR - 150 MEMBERS DINING
1ST FLOOR - 450 MEMBERS FUNCTION HALL • Floating 900 Members - SUPER DELUXE 15 ROOMS

முசுர்த்தம் Dates Available
Jan - 28 Feb - 06, 08, 13, 15, 16, 20
Mar - 05, 06, 08, 15, 16, 25

ONE DAY PACKAGE Rs. 1,991
(All Inclusive with: Free EB, Wallet Parking, 6 Rooms)

IDEAL FOR ENGAGEMENT • RECEPTION • WEDDING • SEEMANTHAM
AYUSH HOMAM • UPANAYANAM • BIRTHDAY • PUBERTY
25TH ANNIVERSARY • 60TH WEDDING • 80TH WEDDING • BANQUETS HALL

No.22/6A, Baskar Tower, 1st Main Road, New Colony, Chrompet, CH-44.
98401 86682 / 93400 14910 / 94444 22979

Newly Opened SRI SASTHA MAHAL A/C Bookings Open
The Group of Sankar Constructions
Fully Airconditioned Thirumana Maaligai In Hasthinapuram, RP Road

Main Hall capacity of 500 persons (Floating 1000 Persons)
Dining hall capacity of 200 persons • 14 A/C Rooms
Modular Kitchen with store room and service lift for dining
Passenger Lift capacity of 18 members
CCTV Camera for whole building
Vinayagar temple is within the premises
The hall is fully equipped with stand by Generator
Pooja Items and Ujaval available
Ample car parking available for both four wheelers and two wheelers
Valet Car Parking Available

No.32, Harinaran Towers, R.P.Road, Hasthinapuram, Chrompet-44.
98416 59929 / 98416 59931 / 90030 10611



NSN GROUP OF SCHOOLS

Chromepet | Chitlapakkam | Kundrathur

www.nsnschools.com



58 YEARS OF EXCELLENCE IN EDUCATION REGISTRATIONS OPEN FOR ADMISSIONS

2026 – 2027

(Affiliated to CBSE and Recognised by the Tamil Nadu State Board.)



NSN MATRIC HR. SEC. SCHOOL
MATRIC

KG - STD VIII



NSN MEMORIAL SENIOR SEC. SCHOOL
CBSE

PLAYGROUP - STD VIII



NSN MEMORIAL SCHOOL
CBSE

PLAYGROUP - STD IX

SCAN THE QR CODE BELOW TO REGISTER



CHROME PET



CHITLAPAKKAM



KUNDRATHUR

WHY NSN?

- Comprehensive Educational Program
- Strong Value-Based Education
- Wide Range of Co-Curricular Activities
- Safe & Nurturing Environment
- Regular Assessments & Feedback
- Strong Parent-Teacher Collaboration
- Experienced Faculty

FACILITIES

- 🔬 Science Lab | 📐 Math Lab |
- 📖 Language Lab |
- 🔬 STEM Lab | 📖 Library | ⚽ Sports |
- 💻 Smart Classroom |
- 🚌 Transport (Kundrathur)

NSN

Chromepet, Ch- 44.

Phone: +91 7824088812

Email: nsnschoolcpt@gmail.com

📷 nsnschoolcpt 📘 NSN Chromepet



NSN

Chitlapakkam, Ch - 64.

Phone: +91 7401888116

Email: nsnmemorial@gmail.com

📷 nsnmemorial 📘 NSN Memorial



NSN

Kundrathur, Ch - 69.

Phone: +91 7401888115

Email: nsnkundrathur@gmail.com

📷 nsnkundrathur 📘 Nsnkundrathur

