SANGANATHAM
சங்கநாதம்

ஒன்ராரியோ முதுதமிழர் மன்றம்
SENIOR TAMILS' CENTRE OF ONTARIO

Feb 2026

40-1

HAPPY ANNIVERSARY 40 YEARS CONGRATULATIONS

தலைவரிடமிருந்து

அன்பான உறவுகளே!

ஒன்றாரியோ முது தமிழர் மன்றத்துடனான என் பயணம் மூன்று தசாப்தங்களுக்கு முன்னேற்பட்டது சட்ட ஆலோசகராக எனது உறவு ஆரம்பித்தது. மன்றம் ஆரம்ப காலத்தில் மேற்கொண்ட சவால்களும், உறுப்பினர் மத்தியில் நிலவிய முரண்பட்ட கருத்துக்களும் அளவற்றவை என்பது ஒரு புறமிருக்க இன்று அவையெல்லாம் தாண்டி ஆலமரமாக மன்றம் வளர்ந்துள்ளது. நாற்பது வருடங்களாக கம்பீரமாக நிமிர்ந்து நிற்கிறது.முதியோர்களுக்கு ஆற்றிவரும் சேவைகளோ பிரமிக்கத்தக்கவை.

மிக அண்மைக் காலத்தில் பொறுப்பேற்று பணிபுரிந்த நிர்வாக உறுப்பினர்களும் அவர்களை வழி நடாத்திய தலைவர்களும்: குறிப்பாக , திரு சேனாதிராஜா சிறிஜெயனாதன் அவர்கள் இரு தடைவைகள் தலைவராகவும்; கோவிட் பிணி காலத்தில் எங்கே மன்றின் செயற்பாடுகள் தடைப்பட்டு விட்டு மன்றின் பயன்பாடு குன்றிவிடுமோ என ஐயப்பட்ட நிலையில் இணையவழி நேரலை கூட்டம் வழியாக சிறந்த நிகழ்சிகளை தயாரித்து புத்துயிர் கொடுத்த திருமதி இந்திரா நடராஜா அவர்களின் தூரப் பார்வையும்; அவரைத் தொடர்ந்து திரு மகேந்திரா சீவரட்ணம் அவர்களின் நிர்வாகத்திறனினால் மன்றம் தனக்கென புதிய இல்லம் கொள்வனவு செய்ததும் குறிப்பிடப்படவேண்டிய விடயங்கள். இவர்களுடன், விசேடமாக, வசந்தி சாந்தகுமார், எமது நிர்வாக இயக்குனரின் 20 வருடங்ளுக்கு மேலான அர்ப்பணமும் எம்மால் மறக்கமுடியாதவை. இவர்களின் செயல் திறனை நினைவேந்திப் பதிவேட்டுவது நம் பண்பாகும். தொடர்ந்து எனது தலைமையிலும் மன்றம் சிறப்பாக இயங்கிவருவதற்கு மன்ற உறுப்பினர்கள் அனைவரும் வழங்கிவரும் ஆதரவும் பங்கேற்பும் மகத்தானவை.

நம் மன்றம் சுய நலமற்று இயங்கும் அமைப்பு. உறுப்பினர்களின் நலன்களில் மட்டும் தனியே அக்கறை காட்டாது கனடாவில் தமிழ் சமுக எழுச்சிக்காக, வளர்ச்சிக்காக எந்த ஒரு அமைப்பால் மேற்கொள்ளப்படும் முயற்சிகளுக்கும் நிதி உதவி, மற்றும் வேறு வகைகளில் ஆதரவு வழங்க தவறுவதில்லை.அண்மையில் நாம் தமிழ் மையத்திட்டத்திற்கு $100,000. நிதி அள்ளிக் கொடுத்துள்ளோம் என்பது நமது சமுக அக்கறையையும் பங்கேற்பையும் வெளிப்படுத்துகிறது.

நாம் வளர்தெடுத்த மன்றம் இவ்வருடம் 40வது அகவையைக் கண்டுள்ளது என்பதை நாம் அறிவோம். இந்த 40வது ஆண்டு நிறைவைக் கொண்டாடுவதற்காக நிர்வாகம் பல நிகழ்சிகளை ஏற்பாடு செய்து வருகின்றது. அந்த நிகழ்வுகளில் ஆர்வத்துடன் பங்கேற்று மகிழுமாறு உங்கள் அனைவரையும் அன்புடன் அழைக்கிறேன்.

அழியா வரம் பெற்ற நம் தாய் மொழி தமிழ் மொழிபோல் ஒன்ராறியோ முது தமிழர் மன்றமும் அழியாவரம்
ஆர்வத்துடன் பெற்று புகழுடன் என்றும் நிலைத்து நிற்கும்.

அன்புடன்

மனுவல் யேசுதாசன்.

Senior Tamils' Centre of Ontario
ஒன்டாரியோ முது தமிழர் மன்றம்
Proudly Presents
STC @ 40
Grand Anniversary Gala
Happy 40th ANNIVERSARY
Save The Date
DATE: SUNDAY, 31ST OF MAY 2026
Four Decades of Dedicated Service to Tamil Seniors
Join us as we celebrate a remarkable journey —
40 years of dignity, belonging, and community.
VENUE: METROPOLITAN CENTRE
3840 Finch Ave E, Scarborough
Rooted in Heritage | Growing with Purpose

SENIOR TAMILS' CENTRE OF ONTARIO
SPONSORSHIP…STC 40
Sunday, May 31st 2026
Exclusive Recognition during the event
Rotating ads on screen at the event
Verbal recognition throughout the event
Full page colour ad on Event Magazine
Eight (8) Entrance Tickets
Social Media recognition as sponsor
EXCLUSIVE SPONSORSHIP
Special Recognition during the event
Rotating ads on screen at the event
Full page colour ad on Event Magazine
Five (5) Entrance Tickets
Social Media recognition as sponsor
2 Sponsors only
Rotating ads on screen at the event
Full page colour ad on Event Magazine
Four (4) Entrance Tickets
Social Media recognition as sponsor
Rotating ads on screen at the event
1-page colour ad on Event Magazine
Three (3) Entrance Tickets
Social Media recognition as sponsor
Rotating ads on screen at the event
½ page colour ad on Event Magazine
Two (2) Entrance Ticket
$7,500
EVENT SPONSOR
$5000
PLATINUM SPONSOR
$3000
DIAMOND SPONSOR
$2000
GOLD SPONSOR
$1000
SILVER SPONSOR

இதழ் ஆசிரியரிடமிருந்து

ஒரு பயணம் செல்ல வேண்டும். இறங்கும் இடம் தெரியாத ஒரு பயணம்.
வழியெங்கிலும் கொஞ்சம் கொஞ்சமாய் என்னை உதறிக் கொண்டே செல்லும் ஒரு பயணம்.
நான் அறவே இல்லாத இடத்தில் நிறையும் ஒரு பயணம்.
பொங்கலோ பொங்கல்! நன்றி உணர்வால் நம் வாழ்வு பொங்கட்டும்.

வணக்கம் நண்பர்களே!

இந்த கொடும் பனிக் காலம் இப்படி கொட்டி தீர்பதெல்லாம் நம் தேனீரை மேலும் கொஞ்சம் சுவையூட்டத்தான் போலும். சூரியனுக்கும், இயற்கைக்கும் நாம் நன்றி சொல்லும் உன்னதத் திருநாள் இந்த தைப்பொங்கல். ஆனால் நம் வாழ்வில் ஒவ்வொரு நொடியும் "நன்றி உணர்வோடு" வாழ்ந்தால், நம் வாழ்க்கை நாள் தோறும் பொங்கலாக இனிக்கும் என்பது உங்களுக்குத் தெரியுமா?உங்கள் எண்ணங்களை உயர்த்தி மகிழ்ச்சியையும், செழிப்பையும் ஈர்க்க வேண்டும். "காலம் பொன் போன்றது" என்ற பழமொழி அனைவருக்கும் தெரியும். ஆனால் "பொன்னை விட மேலானது காலம் " என்பது அதை உணர்ந்தவர்களுக்கு மட்டுமே தெரியும். தங்கத்தை நீட்டலாம், வளைக்கலாம். காலத்தை நம் விருப்பப்படி நீட்டவும் முடியாது, வளைக்கவும் முடியாது. இன்று இழந்தாலும் நாளை தங்கத்தை வாங்க முடியும். இன்று இழந்த காலத்தை நாளை மீண்டும் வாங்க முடியாது. தங்க நகைகளை பாதுகாப்பாக சேர்த்து வைக்கலாம். காலத்தை அப்படி எல்லாம் சேமித்து வைக்க முடியாது. தங்கதை கடனாக பிறருக்கு தரலாம்.காலத்தை அப்படி எல்லாம் தரமுடியாது.

இறையாற்றல் உயிர்களுக்கு வழங்கிய பல அம்சங்களுள் காலமும் ஒன்று. பூமி என்ற இந்த அற்புதமான கோளில் வாழக் கிடைத்திருப்பது ஒரு அரிய வாய்ப்பு. அதில் காலம் என்ற பரிணாமத்தை உணர்வதும், முறையாக கையாள்வதும், முடிவில் அதை வெல்வதும் அறிவுள்ளவர்களுக்கு மட்டுமே வாய்க்கும் ஓர் அரிய வாய்ப்பு. இருக்கும் காலத்தை இன்பமயமாக்கிக் கொள்வதும் நம் கையில் தான் உள்ளது. துன்பமயமாக்கிக் கொள்வதும் நம் கையில் தான் உள்ளது.எப்படி நம் காலத்தைப் பயன் படுத்தப் போகிறோம்? சிந்திக்க வேண்டும். முறையாகப் பயன்படுத்தினால் இந்த பிறவியின் பயனை முழுமையாய் அனுபவித்து நிறைவாய் இந்த புவியை விட்டுப் புறப்படலாம். அப்படி இல்லையெனில் நம்மை நாமே வீணாக்கிக் கொண்டு , புறப்படும் போது நிறைவின்றிப் புலம்பிய வண்ணம் பயந்து பயந்து சாகலாம்.

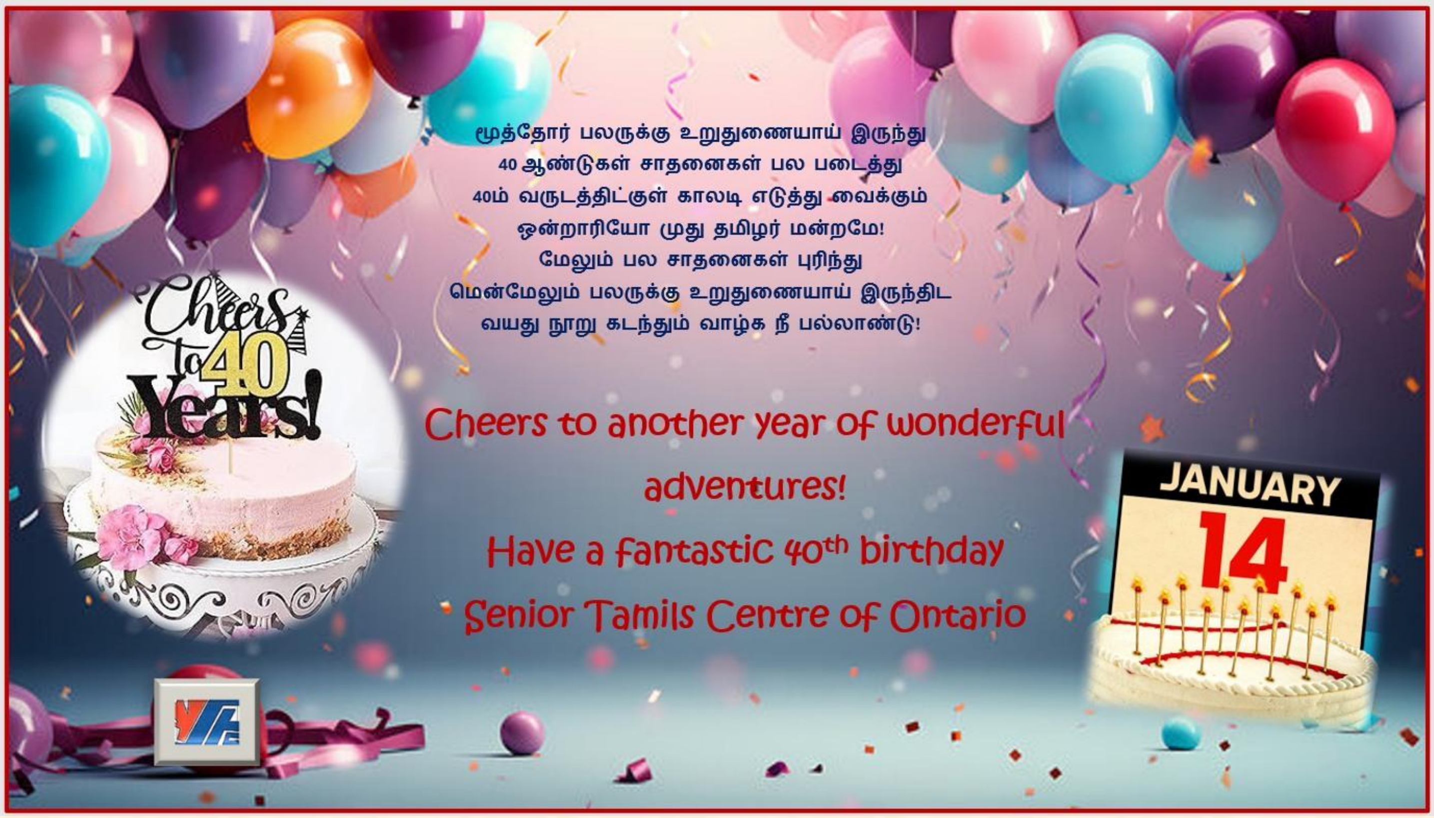
"கால ஒழுங்கு " என்பது முதலில் நம் மனதிற்குள் வர வேண்டும். அதன் பிறகு தான் வாழ்க்கையில் அதை முறையாகப் பின்பற்றிச் சாதனைகள் நிகழ்த்த முடியும். அலைபாயும் மனதை முதலில் கட்டிப்போட வேண்டும். வானொலி, தொலைக்காட்சியில் திரைப்படம் போன்றவை தேவையான அளவில் மட்டுமே பயன்படுத்த வேண்டும். உழைப்பை மறந்து ஒரு நாளும் இவற்றிற்க்கு அடிமை ஆகக்கூடாது. நாள் தோறும் நம் பணிகளை அவசியப் பணிகள், அவசரப் பணிகள், வழக்கமான பணிகள், தேவையற்ற பணிகள் என தரம் பிரித்துக் கொள்ள வேண்டும். அதன் பின் அவற்றை முறைப்படி வரிசையாய்ச் செய்து நேரத்தை பயன்படுத்த வேண்டும் . முறையான உணவு, முறையான உடற்பயிற்சி, முறையான தியானம், முறையான உழைப்பு, முறையான ஓய்வு என காலத்தை ஒழுங்கு படுத்திக் கொண்டால் "எங்கும் வெற்றி" "எதிலும் வெற்றி " என்பது சர்வ சாதாரனமான நிகழ்வாய் மாறும் .

கோடிக்கனக்கான மக்கள் வாழும் இந்த புவியில் நலமுடன் வாழ்வோர் எத்தனை பேர்? விரும்பும் செல்வங்களைப் பெற்று வளமுடன் வாழ்வோர் எத்தனை பேர் ? மகிழ்ச்சியுடன் வாழ்வோர் எத்தனை பேர் ? மன நிறைவுடன் வாழ்வோர் எத்தனை பேர் ? இப்படி ஆராய்ச்சி செய்தால் எத்தனை பேர் தேறுவார்கள் தெரியுமா? சில லட்சம் பேர் தேறினாலே ஆச்சரியம் ?"போர் அடிக்குது" என்று ஒருவர் சொன்னாலே "காலத்தை உணராதவர்" என்று முடிவு செய்து விடலாம். எதையாவது படிக்கலாம், படித்ததைப் பற்றி சிந்திக்கலாம், சிந்தித்ததைப் பற்றி எழுதலாம். எப்படி காலத்தை, நேரத்தை பிரயோசனப்படுத்துவது என்று சிந்தித்து செயலாற்ற வேண்டும். எம் முதியவர்கள் காலத்தை சரியான முறையில் பயன்படுத்துவதற்க்கு எமது மன்றம் பல முயற்சிகளை மேற்கொண்டு பல நிகழ்ச்சிகளை நடத்துகின்றது. பெருபாலனவர்கள் தங்களால் முடிந்தவரை பல நிகழ்ச்சிகளில் பங்கேற்று தங்களது காலத்தையும், நேரத்தையும் மிக பயனுள்ளதாக பாவிப்பதன் மூலம் அவர்கள் மிக மகிழ்சியாகவும், உற்சாகமாகவும் இருக்கின்றார்கள். எமது தைப் பொங்கல் விழாவே இதற்க்கு ஓர் உதாரணம். இவர்கள் முதியவர்களா, இளையவர்களா என்று சந்தேகப் படுமளவிற்க்கு மிக அற்புதமாக கலை நிகழ்ச்சிகளை நடத்திக் காட்டினார்கள். அது மட்டுமல்லாது தமிழ் சமூக மையத்திற்க்கு மிக பரந்த மனதுடன் பெரும் தொகையை கொடுத்து உதவியது மிகவும் பாராட்டுக்கு உரியது.

வாழ்வில் நாம் பெறும் ஒரு வெற்றி அதற்க்கு முன்னால் நாம் அடைந்த பல தோல்விகளை அடையாளம் தெரியாதபடி அழித்து விடும். எனவே எதையும் நினைத்து கலங்காதீர்கள். "எங்கும் வெற்றி, எதிலும் வெற்றி என்ற தாரக மந்திரத்தை உள்ளத்துள் ஒலிக்கச் செய்யுங்கள். தை கனவுகளால் நிரம்பும், மார்கழி அனுபவங்களால் முடியும்.

நன்றி

ரதிமதி சபாநாதன்



ஒன்றாரியோ முது தமிழர் மன்றம்-----40 வருட கால தொடர் சாதனை

40 ஆண்டுகள் என்பது ஒரு மனித வாழ்வின் மிக முக்கியமான காலகட்டம். 1986-ல் ஒரு சிறிய அமைப்பாகத் தொடங்கி, இன்று ஆயிரக்கணக்கான மூத்தவர்களுக்குத் துணையாக நிற்பது சாதாரண விஷயமல்ல. இது வெறும் ஒரு கட்டிடம் அல்லது அமைப்பு அல்ல; இது பலரது உழைப்பையும், தன்னலமற்ற சேவையையும், கண்ணீரையும், புன்னகையையும், போராட்டங்களையும் கண்ட ஒரு **'வாழும் வரலாறு'. நான்கு தசாப்த கால தன்னலமற்ற சேவை:**

புலம்பெயர்ந்த மண்ணில் முதியோர்கள் சந்திக்கும் மிகப்பெரிய சவால் தனிமை. கடந்த 40 ஆண்டுகளாக, நமது மன்றம் அத்தனிமையைப் போக்கி, "நாம் தனியாக இல்லை, நமக்கென்று ஒரு மன்றம் இருக்கிறது" என்ற நம்பிக்கையைத் தந்து கொண்டிருக்கிறது. இங்கே பகிரப்படும் ஒவ்வொரு சிந்தனையும், செயல் திட்டங்களும், சுற்றுலாவும், நாவுக்கு இனிய உணவும், ஒவ்வொரு உரையாடலும் ஒரு மருந்தாகச் செயல்படுகிறது என்பதை நாம் எல்லோரும் அறிவோம். ஒன்றாரியோ முது தமிழர் மன்றம் **தனிமையைப் போக்கும் ஒரு புகலிடம் என்றே கூறலாம்.**

கனடாவில் வளரும் நமது அடுத்த தலைமுறைக்கு, தமிழ் மொழியையும், நமது பாரம்பரிய விழுமியங்களையும் கொண்டு செல்லும் ஒரு பாலமாக எமது மன்றம் செயலாற்ற வேண்டுமென்பதற்காக நாம் பல்வேறு திட்டங்களை காலத்துக்கு காலம் செயற்படுத்தி வந்திருக்கிறது. 40 ஆண்டுகளாக, தமிழர் கலைகள் கலாச்சாரம் இந்த மண்ணில் வேரூன்றி நிற்பதற்கு ஒன்றாரியோ முது தமிழர் மன்றமும் தன்னாலான பங்களிப்பினை செய்து ஒரு **பண்பாட்டுப்** பாலமாக சேவையாற்றி கொண்டிருக்கிறது.

40-வது ஆண்டை மாணிக்க விழா 'ரூபி ஜூபிலி' (Ruby Jubilee) என்று அழைக்கிறோம். மாணிக்கக் கல் எவ்வாறு உறுதியுடனும், பிரகாசத்துடனும் இருக்கிறதோ, அதேபோல பல சவால்களைக் கடந்து நமது மன்றம் இன்று **வைரம் போன்ற உறுதியோடு** மிளிர்கிறது. முன்னோடிகள் போட்ட பாதையில், முன்னாள் தலைவர்களும், தன்னார்வ தொண்டர்களும் தொடர இன்றைய நிர்வாக சபையும் , மன்ற உத்தியோகத்தர்களும் சிறப்புற சேவையாற்ற எமது பயணம் இனிதே தொடர்கிறது. "இந்த 40 ஆண்டு காலப் பயணம் என்பது வெறும் காலண்டர் பக்கங்கள் அல்ல; இது நமது மூத்தவர்களின் கடின உழைப்பு, தியாகம் மற்றும் சமூக அக்கறையினால் எழுதப்பட்ட ஒரு வரலாறு. கனடா என்ற புது மண்ணில் வேர் பிடிக்க நாம் போராடிய காலத்தில், நமக்கு நிழல் தந்த விருட்சம் எமது மன்றம்.

இன்று பல தமிழ் மூத்தோர் அமைப்புகள் ஆரம்பிக்கப்பட்டு செயலாற்றி கொண்டிருந்தாலும் மூத்தோரது தனிமையை போக்கி அவர்களுக்கென்று ஒரு அமைப்பை உருவாக்க வேண்டுமென ஒரு அமைப்பை ஆரம்பித்து நாம் இன்று பெருமையுடன் பேசுவதற்கு, 40 ஆண்டுகளுக்கு முன்பே போடப்பட்ட விதைதான் ஒன்றாரியோ முது தமிழர் மன்றம் என்ற அடித்தளம். இந்த நன்னாளில், இந்த மன்றத்தை உருவாக்கிய நிறுவனர்கள் முதல், இன்றுவரை உழைக்கும் தன்னார்வலர்கள் வரை அனைவரையும் நன்றியோடு நினைவுகூர விரும்புகிறோம்.

எமது மன்றத்தின் மாபெரும் வரலாற்றையும் பெருமையையும் உலகிட்கு எடுத்து சொல்ல வேண்டிய தருணம் இது. எமது மூத்த தலைவர்கள் , மன்ற அங்கத்தவர்கள் அனைவரதும் நல்லாசிகளுடன் மன்றத்தின் 40 வது ஆண்டு விழாவினை மிகவும் கோலாகலமாக இந்த வருடம்

முழுவதும் நாம் கொண்ட போகிறோம் என்ற நல்ல செய்தியையும், மே மாதம் 31ம் திகதி ஒரு மாபெரும் விழாவினை Metropolitan மண்டபத்தில் கொண்டாடவிருக்கிறோம் என்ற நல்ல செய்தியையும் உங்களோடு பகிர்ந்து கொள்ள விரும்புகிறோம். அதற்காக நிர்வாக சபை முடிவெடுத்து 40 வது ஆண்டு சிறப்பு கொண்டாடத்திற்கென ஒரு சிறப்பு செயற்குழுவினையும் உருவாக்கி இருக்கிறது. இரண்டு வருடங்களுக்கு முன்பு எமக்கென்று ஒரு இல்லம் வேண்டும் என்று எவ்வாறு நாம் ஒரு திட்டத்தை ஆரம்பித்து ஒரு வருட காலத்திற்குள் அதனை சாத்தியமாக்கினோமோ இன்றும் அதே உறுதியுடனும் நம்பிக்கையுடனும் 40 வது ஆண்டு விழாவினையும் நிஜமாக்குவோம்.

ஒன்றாரியோ முது தமிழர் மன்றம் தனது 40 வருட தொடர் சேவையை கொண்டாடும் இந்த தருணத்தில் இந்த வருடம் முழுவதும் பல்வேறு சிறப்பு திட்டங்களை செயற்படுத்த விரும்புகிறது. அதன் முதல் கட்டமாக மாதமொரு சிறப்பு நிகழ்வு இடம்பெறும், அதற்கான விபரங்கள் கீழே கொடுக்கப்பட்டுள்ளது.

As the Senior Tamils' Centre of Ontario (STC) proudly marks 40 years of dedicated service to our senior community, we are delighted to celebrate this remarkable milestone in a meaningful and joyful way.

To honour our journey of togetherness, culture, learning, and active living, STC is launching a year-long series of special monthly activities as part of our 40th Anniversary Celebrations. These activities are designed to bring our members together, encourage participation, showcase talents, and create lasting memories throughout this historic year. From games that sharpen the mind, to competitions that highlight speech, music, creativity, wellness, and intergenerational bonding, each month will offer an opportunity to celebrate who we are and how far we have come—as individuals and as a community. These celebrations are not just about looking back on 40 wonderful years, but also about moving forward together, strengthening friendships, discovering new talents, and continuing STC's legacy of engagement, dignity, and belonging.

We warmly invite all our members to take part, cheer, support, and celebrate this special year with us. Let us make the 40th Anniversary a year to remember—filled with joy, participation, and pride in our shared journey.

Senior Tamils' Centre of Ontario – 40th Anniversary

12-Month Activity Calendar

January/தை மாதம்: STC 40th Anniversary Launch/ஆண்டு நிறைவு தொடக்க விழா

……..

February/மாசி மாதம்: Activity planning and coordination/நிகழ்ச்சி திட்டமிடல்

……..

March – Games & Brain Fitness Month/ விளையாட்டுகள் & மூளைத் திறன் மேம்பாட்டு மாதம்: Chess, Bridge, Scrabble & Rummikub Tournament

A friendly yet competitive event promoting mental agility and camaraderie.

……..

April – Literary & Creative Month--Essay / Speech Competition

ஏப்ரல் - இலக்கிய & படைப்பாற்றல் மாதம்:கட்டுரை / பேச்சுப் போட்டி

Themes:

1. **My Journey with STC/** ***ஒன்றாரியோ முது தமிழர் மன்றத்துடன் எனது பயணம்***
2. **Graceful Aging & Lifelong Learning/** ***மகிழ்வுடன் முதுமையடைதலும் தொடர் கற்றலும்***

Articles are welcome in English or Tamil. கட்டுரைகள் ஆங்கிலம் அல்லது தமிழ் மொழியில் வரவேற்கப்படுகின்றன.

600–800 சொற்கள் (சுமார் ஒரு A4 பக்கம்) தட்டச்சு செய்யப்பட்ட கட்டுரையை STC அலுவலகத்திற்கு மின்னஞ்சல் மூலம் April 3**ம் திகதிக்கு முன்னர்** அனுப்ப வேண்டும்.

Length: 600–800 words (approximately one A4 page)

Submission: To be typed and sent by email to the STC office

Before the 3rd of April 2026

Date and time for the Speech contest will be notified later. பேச்சு போட்டிக்கான திகதி பின்னர் அறிவிக்கப்படும்

May – Music Month: STC Super Singer Competition--Celebration of musical talent

மே - இசை மாதம் STC சூப்பர் சிங்கர் போட்டிஇசைத் திறமை கொண்டாடல்

தமிழ் திரைப்படப் பாடல்கள் - இசையுடன் (கரோக்கே அல்லது இசைக்கருவி இசை)

Tamil film songs with music (karaoke or instrumental)

போட்டிக்கான திகதி பின்னர் அறிவிக்கப்படும் contest date will be notified later.

……..

June – Dance Showcase--Solo and group dance performances/ஜூன் - நடன கலை அரங்கம்

……..

July – Community Giving Back Month/ ஜூலை - சமூக நலனுக்கான அர்ப்பணிப்பு மாதம்

மதிய உணவு நன்கொடை திட்டம்

Food & Lunch Donation Initiative--A month dedicated to giving back to the community through food and lunch donations, encouraging compassion, volunteerism, and collective responsibility among members while supporting those in need.

……..

August – "My Journey with STC" – Experience Sharing/ Personal reflections from members on STC's impact

ஆகஸ்ட் - "STC உடன் என் பயணம்" - அனுபவப் பகிர்வு

STC உறுப்பினர்களின் வாழ்க்கையில் அது ஏற்படுத்திய மாற்றங்களையும் தாக்கங்களையும் பகிர்ந்து கொள்ளும் நிகழ்வு.:

……..

September – Arts, Photography, Painting & Crafts Month--Arts & Crafts Exhibition

A visual showcase of members' creativity, skills, and artistic talents.

கலை மற்றும் கைவினை கண்காட்சி: உறுப்பினர்களின் படைப்பாற்றல், திறமைகள் மற்றும் கலை நுணுக்கங்களை வெளிப்படுத்தும் காட்சி நிகழ்வு.

…….

October – Lifestyle & Skills Month-Healthy Cooking Challenge/Traditional and innovative recipes with a healthy focus/ அக்டோபர் - வாழ்க்கை முறை & திறன் மேம்பாட்டு மாதம்/ஆரோக்கிய சமையல் சவால்

- Recipe book of STC to be published (e book)
- ஆரோக்கியத்தை மையமாகக் கொண்ட பாரம்பரிய மற்றும் புதுமையான சமையல் குறிப்புகள்
  STC சமையல் குறிப்புகள் அடங்கிய **மின்னூல் (E-Book)** வெளியீடு

……

November – Wellness & Active Living Month & Toy drive/Yoga, Chair Yoga & Wellness Day/ நல வாழ்வு மாதம் ***மற்றும் பொம்மை சேகரிப்பு*** (Toy Drive)--Activities promoting physical well-being and mindfulness

…….

December – Knowledge & Culture Month/ அறிவு & பண்பாட்டு மாதம்

Quiz Competition: Tamil Heritage & Canada-Engaging quiz on culture, history, and general knowledge

தமிழ் பாரம்பரியம் & கனடா

பண்பாடு, வரலாறு மற்றும் பொது அறிவை மையமாகக் கொண்ட சுவாரஸ்யமான வினா விடை போட்டி.

மூத்த எம் முது தமிழர் மன்றே
நாற்பது அகவை காணும் குன்றே
நீண்டு நெடிதுயர்ந்து வாழ் நின்றே

வாழிய இவ்வையகம்
வாழிய நம் வாழ்வகம்
வாழிய ஒன்ராறியோ முது தமிழர் மன்று
சோர்வினைப்போக்கி சுகம் தரவேண்டி
ஓய்விலாதுழைக்கும் எங்களின் மன்று
நாற்பதாம் ஆண்டில் கால் பதிக்கிறதின்று.

ஆயிரத்து தொள்ளாயிரத்து எண்பத்து ஆறு
ஆகிவந்த தைப்பொங்கல் திருநாளன்று
தோன்றி வந்த தொன்றாரியோ முது தமிழர் மன்று
தொய்வின்றிச் செய்துவரும் நிகரற்ற சேவையினால்
தொகையாகப் பலபேரை தன்னோடிணைத்து
தலைநிமிர்ந்தே நிற்கிறது தடைகள் பலதாண்டி.
ஈராயிரத்து இருபத்தியாறு தைப்பொங்கல் இன்று.
பேரான முது தமிழர் மன்றுக்கு அகவை நாற்பது.

டொன்மில்ஸ் ஆரம்பப் பள்ளியிலே கூடியதும்
ஒன்றாய் இருந்து உணவருந்தி மகிழ்ந்ததுவும்
செயின்ட் நினியன்ஸ் தேவாலயத்து கீழறையில்
செஸ்ஸோடு கறம் சேர்ந்து விளையாடியதும்
ஓரியோல் சனசமூக வளநிலயம் எமையணைத்து
எம்மோடு செயற்படுங்கள் என்றுரைக்க நாமும்
பதினெட்டு ஆண்டாகப் பலபணிகள் செய்ததுவும்
மன்றத்து செய்தியிதழ் மார்கழி 89 ல் மலர்ந்ததுவும்
பழங்கதைதான் என்றாலும் பலருக்கும் நினைவிருக்கும்.

எலி வளையானாலும் தனி வளை வேண்டுமென
திண்ணிய நெஞ்சத்தோடு எண்ணிய முடித்தே
பண்ணிய நம் பணிமனையில் பதினைந்து ஆண்டுகள்
எண்ணிலாத் திட்டங்கள் எடுப்பான முயற்சியென
உடல், உள வளம் பேண மனதார நாமுழைத்தோம்
கூடல் நகரத்துத் தமிழ்சங்கமென நம் மூத்தோர் கூடிய
சாதனைச் சோலை- சரித்திரம் நிகழ்த்தியது இது உண்மை.
பெருந்தொற்றுக் காலத்தும் நிமிர்ந்தே நின்று
அருந்தொண்டாற்றிய ஆளுமை எமக்குண்டு

ஈராயிரத்து ஒன்பதிலிருந்து இருபத்து நாலு வரை
பேரோடு நாங்கள் பெரும்பணிகள் செய்தாலும்
காலாதி காலமாய் கனன்றுகொண்டேயிருந்த
எங்களுக்கென்றோர் சொந்தப் பணிமனை கனவு
இருபத்திநான்கு ஆனி இருபத்தொன்றில் கைகூடி
நெடுமூச்சைத் தீர்த்த விடிகாலைப் பொழுதாச்சு
பெருமூச்சுத் தீர்ந்ததிலே முழுநிறைவு என்றாலும்
நெடும்பயணம் தொடங்குதற்கு நாங்கள் இங்கேதான்
தொடுந்தூரம் கொஞ்சம் தொலைவுதான் ஆனாலும்
இணைந்தே பயணிக்க அனைவரும் ஒன்றாய்த்தான்
திண்ணிய மனதுடை ஜேசுதாசனார் தலைமையும்
எண்ணித் துணியும் நிறைவேற்றுப் பணிப்பாளரும்
கண்ணியமாய்க் காக்கக் கடுகியே நடப்போம்
மூத்த எம் முது தமிழர் மன்றே
நாற்பது அகவை காணும் குன்றே
நீண்டு நெடிதுயர்ந்து வாழ் நின்றே

கவியாக்கம்: ஐயாத்துரை ஜெகதீஸ்வரன்

On the days with absolutely no sun in sight, you learn to make your own brightness. You don't have to rise above everything or act like you've got it all together. Just bring whatever energy you have and steer the chaos as best you can. Sometimes a deep breath, a decent snack, or a tiny laugh is enough to tilt the day back in your favor.

நல்ல நாள்

பிறப்பும் இறப்பும் நாள் பார்த்து நடப்பதில்லை
புயலும் மழையும் புதன் கிழமை சனி கிழமை பார்த்து வருவதில்லை
நல்ல நேரம் கெட்ட நேரம் என்று எதுவும் இல்லை
பூமியின் சுழற்சியால் எல்லா நாட்களும்
ஒழுங்காய் விடிகிறது ஒழுங்காய் முடிகிறது
பழுதடைந்திருப்பது நாட்கள் அல்ல நாட்கள் அல்ல
நாம் தான்
எனவே நம்மை நாம் தான் மாற்றிக் கொள்ள வேண்டும்

ரதிமதி சபாநாதன்

Free Tax Clinic for STC members under Community Volunteer Income Tax Program (CVITP) administered by the CRA

இலவச வருமானவரி சேவை -2025 தனிநபர் வருமான வரிபத்திரம் நிரப்புதல்

The Free Tax Clinic is an effort by the Senior Tamils' Centre of Ontario and its dedicated volunteers to offer help STC members to file income tax returns.

All volunteers receive training from Canada Revenue Agency (CRA) through the CVITP program and can offer simplified returns filing only. STC provides Simplified filing services to:

- Single Person……………………….Total annual income of $35,000 or less
- Couples……………………………….Total combined annual income of $45,000 or less
- One Adult with child…………….Total annual income of $37,500 or less
- Each additional dependent…..add $2,500 to above
- Interest income……………………..less than $1,000

We do not assist with returns for:

- Business or self-employed individuals
- Deceased persons
- Individuals with rental income
- Individuals with capital gains (stocks, bonds, annuities)
- Bankruptcy
- Foreign Property

STC tax clinic will operate by appointment during the week from 1s of March until April 30th, 2026.

To book an in-person appointment please call the STC office at 416-496-2897

பதிவுகளுக்கு மன்ற அலுவலகத்தை தொடர்பு கொள்ளவும்

Empowering Seniors Through Cultural Engagement and Elder Abuse Prevention

The *Senior Tamils' Centre of Ontario (STC)* had launched an inspiring initiative—"Empowering Seniors Through Cultural Engagement and Elder Abuse Prevention"—aimed at strengthening seniors' well-being through education, inclusion, and cultural expression. The six-month project (January to June 2025) was designed and led *by seniors for seniors*, focusing on three key pillars: awareness of elder abuse, cultural participation, and intergenerational connection.

Elder Abuse Prevention Workshops

Three in-depth workshops addressed major forms of elder abuse—financial, physical, and mental/verbal. Each three-hour session featured expert speakers, panel discussions, and interactive Q&As, empowering seniors to recognize, prevent, and report abuse.

- Financial Abuse Workshop – June 6, 2025: Held at *Burrows Hall Community Centre*, this session drew nearly 200 seniors. Experts including Raj Thavaratnasingham (Retired Financial Advisor, Edward Jones), Manuel Jesuthasan (Lawyer), Christine Allum (OSC), and police constables Paul Rowe and Mark McCabe shared valuable insights on protecting finances, identifying scams, and understanding legal safeguards.
- Physical Abuse Workshop – June 20, 2025: Attended by 170 seniors, this workshop highlighted how physical abuse often goes unnoticed among the elderly. Dr. M. Varagunan, Lawyer Manuel Jesuthasan, and Toronto Police officers Rowe and McCabe discussed recognizing warning signs, prevention strategies, and police response procedures.
- Mental & Verbal Abuse Workshop – October 10, 2025: The final seminar, led by Dr. Parvathy Kandasamy, Psychotherapist Satha Viveganathan, and Lawyer Manuel Jesuthasan, explored emotional and psychological abuse, emphasizing its effects on mental health, support systems, and reporting channels.

These sessions significantly increased awareness, strengthened community bonds, and empowered seniors with knowledge to safeguard themselves and their peers.

Cultural Engagement Program

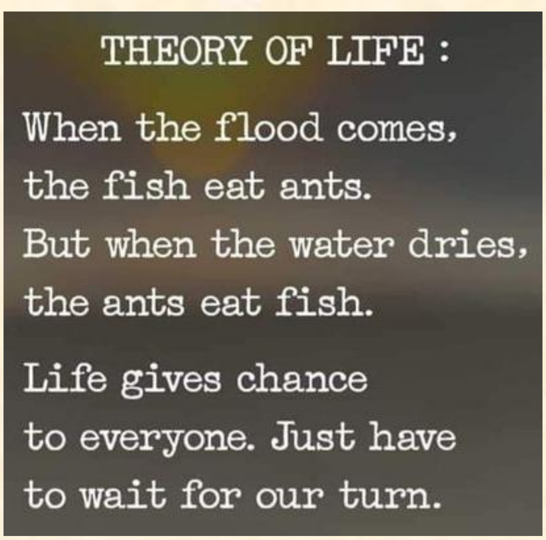
Complementing the educational workshops, Senior Tamils' Centre of Ontario had a Cultural event, a Bharatanatyam dance program and a drama that brought in together seniors and youth in a beautiful intergenerational exchange. The following programs were held under the Cultural Engagement Program on the 30th of Nov 2025. முதுமையில் ஓர் அம்மா -நாடகம், மௌனத்தின் குரல் --நாட்டிய நாடகம், Speech by Dr. Senthuran Gunasingam and Dr. Varagunan Mahadevan on raising awareness on elder abuse which is crucial for prevention and support.

முதியோருக்கான புதிய ஹொரைசன் திட்டத்தின் கீழ் "மூத்தோர் துஷ்பிரயோக தடுப்பு மற்றும் விழிப்புணர்வு" திட்டம்

முதியோரை துன்புறுத்தல் என்பது சிக்கல்கள் நிறைந்த கவலையை ஏட்படுத்துகின்ற சிலசமயம் உயிருக்கு கூட ஆபத்தை உட்படுத்த கூடிய இன்று நம் சமூகத்தில் அதிகம் பேசப்படுகின்ற பிரச்சனையாகும் .வாழ்க்கையின் பல்வேறு கட்டங்களை சார்ந்தவர்களும் இதற்கு பலியாவது வேதனையானதொரு விடயமாகும். உலகெங்கும் பல்வேறு சமூகங்களை சேர்ந்தவர்கள், குறிப்பாக புலம்பெயர்ந்த நாடுகளில் வசிக்கும் முதியோரேஅதிகம் இந்த பிரச்சனையை சந்திக்கின்றார்கள் .முதியோருக்கு எதிரான குற்றங்கள் பல சந்தர்ப்பங்களில் வெளியே தெரியாமல் மறைக்கடிக்கப்பட்டு விடுகின்றன. மூத்தோர் துன்புறுத்தல் என்பது ஒருவரது நம்பிக்கைக்கு உகந்த அவரது துணைவர் குடும்பத்தார் பிள்ளைகள் சேவைகள் வழங்குவோர் மற்றும் பாதுகாப்பு வழங்குவோர் புரிகின்ற வன்முறை புறக்கணிப்பு மற்றும் தவறான சிகிச்சை முறை என்பனவாகும்.

ஒன்றாரியோ முது தமிழர் மன்றம் "மூத்தோர் துஷ்பிரயோக தடுப்பு மற்றும் விழிப்புணர்வு" என்ற ஒரு வருட கால திட்டத்தை முதியோருக்கான புதிய ஹொரைசன் திட்டத்தின் கீழ் 2025ம் ஆண்டு மூத்தோரால், மூத்தோர்களுக்காக வடிவமைத்து சிறப்புற நிறைவேற்றியிருந்தது. அதன் முதல் கட்டமாக மூன்று தகவல் பட்டறைகள் நடாத்தப்பட்டன. 1. நிதி துஷ்பிரயோகம் 2. உளவியல் ரீதியிலான துஷ்பிரயோகம் 3. உடலியல் ரீதியிலான துஷ்பிரயோகம். அதன் இரண்டாம் கட்டமாக மன்றம் "மூத்தோர் துஷ்பிரயோக தடுப்பு மற்றும் விழிப்புணர்வு குறித்த விழிப்புணர்வுக்கான கலாச்சார நிகழ்ச்சி நவம்பர் மாதம் 30ம் திகதி இடம்பெற்றது. முதுமையில் ஓர் அம்மா -நாடகம், மௌனத்தின் குரல் --நாட்டிய நாடகம், மற்றும் வைத்திய நிபுணர்களின் தகவல் பகிர்வும் இடம்பெற்றது.

4133	Uathyaratnam Kanagasabai
4134	Dharmarani Uthayaratnam
4135	Vasanthini Balakrishnan
4136	Sukirthalosana Thurairajah
4137	Sathiadevi Thurairasah
4138	Shantha Kumari Nirusan
4139	Satkunamalar Navaretnarasa
4140	Brintha Sivarajan
4141	Vimaladevi Vijayasingam
4142	Jeyagowri Mahinda
4143	Kalamathy Sivanathan
4144	Sivanathan Naganather
4145	Markandu Anandakrishnan
4146	Logini Anandakrishnan
4147	Ajanthy Shanmuganathan
4148	Pathma Sithamparanathan
4149	Kathir Thuraisingam
4150	Jeyaranjani Sivagnanam
4151	Anandan Sinnadurai



The Senior Tamils' Centre deeply regrets to record the name of the following member who passed away in the recent past and condole with his family.

இதய நிறை இரங்கல்களோடு ஒன்ராரியோ முதுதமிழர் மன்றம்

- Mrs. Rani Ganeshan Mem 3932 passed away on the 7th of Dec 2025.
- Mr. Muthulingam Mathiaparanam Mem #1456 passed away on the 7th of Dec 2025.

Important Messages/ முக்கிய அறிவித்தல்கள்

2026ம் ஆண்டுக்கான வருடாந்த சந்தா பணம் குறித்து நினைவூட்ட வேண்டிய தருணமிது. இந்த வருடத்திற்கான சந்தா பணத்தை காசோலையாகவோ, பணமாகவோ, வங்கி பரிமாற்றம் மூலமோ (etransfer) நீங்கள் செலுத்தி பற்றுசீட்டினை பெற்று கொள்ளலாம். மேலும் சங்கநாதம் காலாண்டு செய்தியறிக்கையினை தபாலில் பெற்று கொள்ள விரும்பினால் பத்து டொலர்களை செலுத்துவதன் மூலம் பெற்று கொள்ள முடியும். அங்கத்துவ பணத்திற்கான பற்று சீட்டு மின்னஞ்சல் மூலம் உங்களுக்கு அனுப்பி வைக்கப்படும்

E transfer link: seniortamils@gmail.com

Single membership $35

பேராசை பிடித்த மன்னர் ஒருவர் நகர்வலம் சென்றார். எதிரில் வந்த பிச்சைக்காரன் ஒருவன், ''பிச்சை கொடுங்க...'' என்றான். முகம் சுளித்த மன்னர், ''என் அமைதியைக் கெடுக்காதே...போ...'' என கத்தினார். அவன் சத்தமாகச் சிரித்து ''அரசே.. கெடக்கூடிய நிலையில் இருப்பது அமைதி அல்ல!'' மன்னரின் முகம் வெளிறியது. இவன் வெறும் பிச்சைக்காரன் அல்ல, ஞானி என்பது புரிந்தது. ''தங்களின் விருப்பம் எதுவானாலும் தருகிறேன்'' என்றார் மன்னர். மறுபடியும் சிரித்தார் பிச்சைக்கார ஞானி. மன்னருக்கு சற்று கோபம் வந்தாலும் அடக்கிக் கொண்டார். ''எதற்காக சிரிக்கிறீர்கள்.?' ''என்ன வேண்டுமானாலும் தருகிறேன் என்றாயே... அதற்காகத் தான்''
மன்னர் நகர்வலத்தை கைவிட்டு அரண்மனைக்கு ஞானியுடன் வந்தார். ''என்ன வேண்டும் கேளுங்கள்...'' என்றார். ஒரு பிச்சை பாத்திரத்தை காட்டி,''இது நிறைய பொற்காசுகள் வேண்டும்'' என்றார். ''இவ்வளவு தானே...' என்று மன்னர் கை தட்டினார். தாம்பாளம் நிறைய பொற்காசுகள் வந்தன. அதை அள்ளி பிச்சைப் பாத்திரத்தில் இட்டார் மன்னர். அது பாத்திரமா இல்லை புதைகுழியா என மிரளும் அளவிற்கு, பொற்காசுகளை அது விழுங்கியது. காஜானாவில் இனி பொற்காசுகளே இல்லை என்ற நிலையில், மன்னர் பொத்தென்று ஞானி காலில் விழுந்தார். வாய் விட்டுச் சிரித்த ஞானி, ''மன்னா... இதை யாராலும் நிரப்ப முடியாது. ஏனென்றால் இது பாத்திரமே அல்ல. பேராசைக்காரனாக வாழ்ந்து இறந்த ஒரு மனிதனின் மண்டை ஓடு''

President
Manuel Jesudasan
647-501-6293

Vice President
Thavamalar Arulanantham
416-524-6031

Secretary
Thulasi Sahajananthan
647-834-4757

Treasurer
S. Pathmanathan
647-385-3180

Directors
S. Rajendra
647-828-2415

Víctor Santhiapillai
416-930-4096

Gunaratnam Nathan
647-688-4648

Ganga Thavaputhiran
647-965-5704

Vasanthini Balasundaram
647-459-6274

S. Sivapalan
647-988-2447

Editor/Director
Rathymathy Sabanathan
416-755-1853

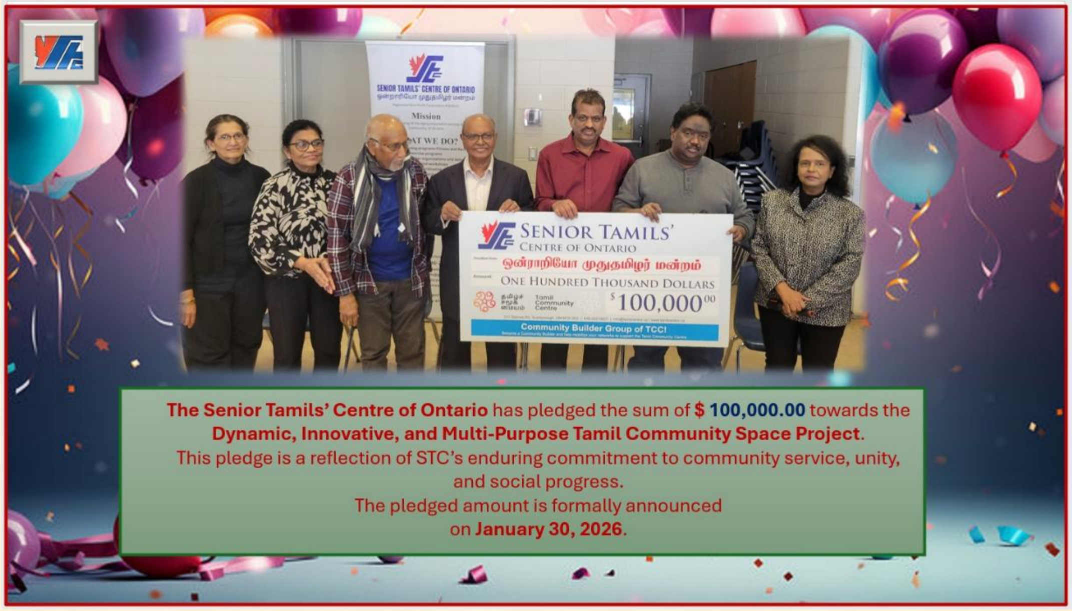
Executive Director
Vasanthy Shanthakumar
647-238-0503

ஒன்ராரியோ முதுதமிழர் மன்றம்
SENIOR TAMILS' CENTRE OF ONTARIO

Registered Non- Profit Corporation # 923023
3852 Finch Ave. E, Unit 210, Scarborough ON M1T 3T9

Tel: 416-496-2897 /416-496-8850 Email: admin@seniortamilscentre.org

Website: www.seniortamilscentre.com



STC trip to Costa Rica 2nd of Dec to 9th Dec 2025