Karachi biscuits
Tong Garden Nuts
Variety Nuts
Nuts & Biscuits
Beside Ujjivan Bank, Bypass road, Velachery
For door delivery call 86081 74555

EXPRESS VELACHERY

Neighbourhood Newspaper – Weekly

Free Circulation

Nuts & Biscuits
Beside Ujjivan Bank, Bypass road, Velachery
For door delivery call
86081 74555

VOL - 3 ISSUE - 28 Editorial : 044-42077328 / 7305837388 email : expressvelachery@gmail.com

சென்னை மாநகராட்சி மற்றும் வேளச்சேரி விஜயநகர் நலவாழ்வு சங்கம் இணைந்து நடத்திய கொரோனா தடுப்பூசி முகாம்...

நமது வேளச்சேரி விஜயநகரில் சென்னை மாநகராட்சி (சுகாதார துறை) மற்றும் வேளச்சேரி விஜயநகர் நலவாழ்வு சங்கமும் இணைந்து, கொரோனா வைரஸ் தொற்றின் காரணமாக கோவிஷில்டு மற்றும் கோவாக்சின் (Covishield / Covaxine - Vaccine) தடுப்பூசியை, விஜயநகர் நலவாழ்வு சங்கத்தின் சார்பாக 26ஆம் தேதி வியாழன் கிழமை அன்று தடுப்பூசி முகாம் நடைபெற்றது.

இந்த முகாமில் அனைத்து வயதினருக்கும் தடுப்பூசி போடப்பட்டன. உறுப்பினர்கள் அனைவரும் ஆதார் அட்டை மற்றும் கைப்பேசி (Mobile) கொண்டு வந்து இந்த சந்தர்ப்பத்தை பயன்படுத்திக் கொண்டு தடுப்பூசியை போட்டுக் கொண்டனர்.

கொரோனா தடுப்பூசி முகாம் மிகச் சிறப்பாக நடைபெற்றது. முதல் டோஸ் மற்றும் இரண்டாவது டோஸ் என 360 நபர்களுக்கு கொரோனா தடுப்பூசி போடப்பட்டது.

WOMAN'S WELLNESS YOGA CENTRE
Contact : 9444 122 922

TREATMENTS FOR

- **Headache / Migraine** தலைவலி / ஒற்றை தலைவலி
- **Sinusitis** சைனஸ் தொந்தரவு
- **Neck Pain / Cervical Spondylosis** கழுத்து வலி
- **Back Pain / Lumber Spondylosis** முதுகு வலி
- **Digestion Problems & GIT disorders** வயிறு & குடல் சம்பந்தமான தொந்தரவுகள்
- **Uterine ailment like Fibroid** கர்ப்பப்பை கோளாறுகள்
- **PCOD** மாதவிடாய் கோளாறுகள்
- **Respiratory ailments, Asthama** சுவாச கோளாறுகள்
- **Diabetes & is Complications** சர்க்கரை வியாதிகள்
- **Cholastrol, BP** கொலஸ்ட்ரால், ரத்த கொதிப்பு
- **Thyroid Problems** தைராய்டு பிரச்சனை
- **Stress, Anxiety & Sleep Disturbance** மன அழுத்தம் & தூக்கமின்மை
- **Weight Loss & Weight gain** உடல் எடையை குறைக்க & அதிகரிக்க
- **General Health** பொது மருத்துவம்
- **Infertility** குழந்தையின்மை

Chennai: Velachery lake not cleaned for 20 years, sewage flows in unchecked...

CHENNAI: For more than two decades now, the Velachery lake hasn't been cleaned up. The public works department (PWD) has not desilted it nor cleared the garbage nor removed encroachments. Water hyacinth covers most of the surface of the 55acre lake. Official of Team Green Velachery told TOI that the lake used to be spread across 250 acres before several government agencies including Tamil Nadu Housing Board.

Slum Clearance Board and private builders encroached upon it. The bypass road further destroyed it, he said.

"The monsoon is just a couple of months away, but the PWD and the civic body have not taken any steps to stop sewage inflow into the lake or remove the hyacinth. The civic body officials have orally asked the PWD several times to hand over the lake to them, but there has been no correspondence on it," a said civic body official.

The lake was once used for irrigation just like the other 45 tanks under the PWD's control in the city. The department cannot seek funds to beautify water bodies but only to improve the drainage capacity and other purposes which have now become redundant.

"This has become an urban lake. It is not used for irrigation anymore. We have sought Rs 25 crore to improve the lake, but we usually do not get funds. The GCC can take the lake for improvement and hand it back to us again. But these are decisions that are taken at the higher level," said a PWD official.

Residents of Velachery have written tothe GCC and PWD to improve the lake. National Green Tribunal also pulled up the PWD for high content of coliform bacteria and high TDS of the lake water due to sewage inflow. The PWD told the tribunal that Metrowater has taken steps to identify sewage inflow points and plug them and ensure that only treated water enters the lake. The lake usually gets water from the neighbouring areas through the stormwater drains and major portion of the inflow is from the Raj Bhavan and IIT-M campus. This water then flows into the surplus channel and enters the Pallikaranai marshland.

"We have also sought enumeration of themore than 1,100 encroachments and will remove them soon. Only after that can the lake restoration be taken up," said an official.

சென்னையில் தங்கம் மற்றும் வெள்ளி விலை நிலவரம்

	22 கேரட்	24 கேரட்
தங்கம் விலை -	1 கிராம் ₹ 4,496	1 கிராம் ₹ 4,860
	8 கிராம் ₹ 35,968	8 கிராம் ₹ 38,880
வெள்ளி விலை -	1 கிராம் ₹ 69.60	
	1 கிலோ ₹ 69,600	

Commercial Space for Rent
650 Square feet for 23,000/- @ Ground floor
Diya Complex, Vijayanagar Main Road, Velachery (Near Ananda Bhavan)
6 month rent as advance
CONTACT- 7305837388

Commercial Space for Rent
850 Square feet for 27,000/- @ Ground floor
Diya Complex, Vijayanagar Main Road, Velachery (Near Ananda Bhavan)
2 L as advance
CONTACT- 7305837388

சென்னையில் பெட்ரோல், டீசல் விலை நிலவரம்

பெட்ரோல் விலை	டீசல் விலை
விலை 1 லிட்டர்	விலை 1 லிட்டர்
₹99.08	₹ 93.38

To Advertise about Rental House, Land Sales & Job Vacancy Pay Rs. 350/- Only

யோகாசனம்

சர்வாங்காசனம்

விளக்கம் :

- சர்வ + அங்க + ஆசனம் = சர்வாங்காசனம். உடலில் எல்லா உறுப்புகளையும் இயக்குவதால் இப்பெயர் ஏற்பட்டது.

பயன்கள் :

- மத்தியிலுள்ள போன்மேரோ (Bonemaro) வை துரிதப்படுத்தி இரத்தத்தைச் சுத்தம் செய்கிறது. ஆகையால், இளமை நீடிக்கிறது.
- முகம் அழகு பெறுகிறது, தொண்டை நோய் வருவதில்லை.
- முதுமை கட்டுப்படுத்தப்படுகிறது. அதன் அடையாளங்களான நரை, திரை ஏற்படுவதைத் தடுக்கிறது.

அருட்பெருஞ்ஜோதி தனிபெருங்கருணை
YOGA CENTRE
Cell : 9444 122 922

Anti MICROBIAL SCALING

WaterIZER

இயற்கை முறையில் கடினநீரை மென்னீராக்கும் தொழில்நுட்பம்

பராமரிப்பு வேண்டியது இல்லை
ரசாயனம் வேண்டியது இல்லை
உப்பு வேண்டியது இல்லை
மின்சாரம் வேண்டியது இல்லை
ஒரு சொட்டு நீர் கூட வீணாவது இல்லை

ORSi Anti Microbial Technology

கடினமான நீரால் வரும் பாதிப்புகள்

- விலையுயர்ந்த குழாய்கள் மற்றும் சாதனங்களில் கடினமான உப்பு படிதல்
- ஷவர்கள் மற்றும் ஜக்குஸிகளில் அடைப்பு
- குழாய்கள் மற்றும் கழிவறை பொருட்கள் பொழிவு இழத்தல்
- உலோகங்களில் அரிப்பு
- தண்ணீர் மற்றும் வெண்ணீர் குழாய்களில் அடைப்பு
- அனைத்து நீர் சாதனங்களின் செயல்திறன் மற்றும் ஆயுள் குறைவு
- சோப்பு, சோப்புதூள் மற்றும் நீரின் தேவையை அதிகரித்தல்
- நீரின் சுத்திகரிக்கும் தன்மையை குறைக்கிறது.
- **Ro Mambrane** அடிக்கடி அடைப்பது இதனால் கூடுதல் செலவுக்கு வழிவகுக்கிறது.
- ஆடைகள் அவற்றின் அசல் நிறத்தை இழந்து, அழுக்குகள் மற்றும் சேதமடைந்த துணிக்கு வழிவகுக்கும் துளைகளில் உப்புக்கள் தேங்குகின்றன.
- பிசுபிசுப்பான நீரின் காரணமாக ஆரோக்கியமற்ற தோல் மற்றும் முடி
- பொலிவற்ற மற்றும் கறையுடன் கூடிய சமையலறை பொருட்கள்
- அதிக எரிபொருள் செலவில் குறைந்த வெப்ப பரிமாற்றம்.
- தாவர வளர்ச்சியைத் தடுக்கிறது மற்றும் மண்ணின் வளத்தை கெடுக்கிறது.

பயன்படும் இடங்கள்

1. தொழிற்சாலை:
   பாய்லர், கூலிங் டவர் பிளான்ட், ஹீட் எக்ஸ்செஞ்சர் மற்றும்...
2. விவசாயம்:
   விதை முளைத்தல், பயிரின் நிறம், மகசூல் அதிகரித்தல் மற்றும்...
3. வீட்டு உபயோகம்:
   தனி வீடுகள், அடுக்குமாடி குடியிருப்புகள் மற்றும்...
4. வணிகம்:
   அப்பார்ட்மெண்ட் (அடுக்குமாடி குடியிருப்பு) PG, மருத்துவமனை, தொழிற்சாலைகள், RO பிளான்ட் மற்றும்...
5. சுகாதாரம்:
   மக்களின், பால் பண்ணை, மீன் பண்ணை, கோழிப்பண்ணை மற்றும்...
6. குளம் தூர்வாருதல்:
   குளம் புத்துயிர் பெறுதல், பாசம் பிடித்தலை தவிர்த்தல், அதன் வளர்ச்சியைக் கட்டுப்படுத்தல் மற்றும்....

Free Demo & More Details Contact : 9962677078 / 7825899013

VMC Vidyamandir Classes since 1986

IIT JEE | MEDICAL | FOUNDATION

CHENNAI, VELACHERY | 7825899010 / 11 / 12 | www.vidyamandir.com

Vidya Mandir Classes...... Now in Chennai

Vidyamandir Classes popularly known as VMC is a 35+ years old organization and has trained lakhs of children for IIT-JEE / NEET and other competitive exams.

VMC has established its branch in Chennai (Velachery).

VMC-Chennai has a wonderful team of people (Academicians and Non-Academicians) to support children in all dimensions of learning.

VMC-Chennai introduces the below key features of teaching and learning process.

S – Structured learning

VMC-Chennai has devised a wonderful method giving all dimensions of comforts in learning process such as

1. Well defined introduction of a topic
2. Discussion of MCQs after every subtopic or group of sub-topics
3. Providing exhaustive database of questions with solutions in both pdf and video format
4. Continuous evaluation process to ensure the best results

A – Application Oriented Learning

The team ensures that every concept the student learn in mathematics has a direct or indirect applications in Physics, Chemistry and Biology. Professors give live examples relating to a particular concept and every class interesting and a memorable one.

B – Basics Enrichment

Professors teach all the basics required for a particular topic. For example, Kinematics in XI-Physics requires the concepts of VECTORS (in mathematics of XII std). We teach in detail those mathematical concepts so that children will be more comfortable in doing numerical in physics.

T – Technology based learning

VMC is a pioneer in technology-based learning. VMC-Chennai uses the technology available to the core. We upload daily the complete video session and the corresponding notes in to our LMS (Learning Management System) and students can revise the same at any point of time. The online classes conducted by VMC-Chennai is so INTERACTIVE such that it is no different from the physical live session. Professors do one to one interaction with all the kids and ensure the knowledge transfer.

H – Holistic Learning

VMC-Chennai not only focuses on ACADEMICS but also insists on the clear ATTITUDE towards learning process with all aspects of DISCIPLINE necessary leading to enhancement in overall personality of every child.

VMC-Chennai provides online demo sessions to understand betterour methodology of teaching.

Chutties Corner

தனித்திறமை பகுதி

G.V. Aishwaryaa
UKG

BIRTHDAY WISHES

Farhaan
August - 27

Mithravindha
September - 02

R. Akash Chander
September - 03

SILOAM
PAIN & STROKE
REHAB CLINIC

We relieve your pain with non-invasive, Non-surgical safe and effective management

- Low back ache
- Neurological Disorders
- Knee pain
- Wrist pain
- Ankle pain
- Strain & Sprains
- Neck pain
- Shoulder pain
- Arthritis
- Sports injuries

10% off on physiotherapy packages

Dr. D. Clement
M.P.T (Ortho),MIAP
(Consultant Physiotherapist)

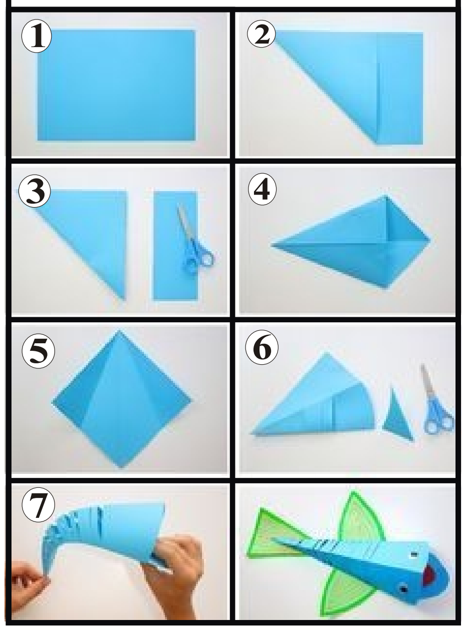
Book your physio session now !

Call us
9884313185 / 9841333185 / 9884638757

Head Office:
No.249/28, 1st Floor, Dhandeeswaram Nagar, Velachery, Chennai - 600 042. (Opp. to Sri Devi Textiles)

Branch:
No.178, Velachery Main Rd, Jeeva Nagar Extn., Pallikaranai, Chennai - 600 100.

PAPER CRAFT



வண்ணம் தீட்டுக

☆☆☆☆☆ 5 Star ratings from your parents

உங்கள் வீட்டு குழந்தைகளின் திறமைகளை வெளிப்படுத்த, அவர்களின் ஓவியம், கைத்திறம், கோலம் மற்றும் கவிதைகளை அவர்களின் புகைப்படத்தோடு சேர்த்து வாட்சப் அல்லது மெய்ல் மூலம் எங்களுக்கு அனுப்பி வையுங்கள். இதற்கு கட்டணம் ஏதும் கிடையாது.

வண்ணக்கோலம்

Dhivya
Velachery

Hale & Healthy HOSPITAL

Hale and Healthy Hospital
A1, Srinivasapuram, ECR
Tiruvanmiyur, Chennai -600041
(Easily Accessible Near Tiruvanmiyur RTO)

Multispeciality Hospital With Experienced Specialists

Services Provided:
- 24/7 Emergency Care Services with Ambulance Services
- Well- equipped ICU
- Modern Operation Theatre
- Labour room (Normal delivery /LSCS), IUI.
- Exclusive Maternity packages available
- Home healthcare Services (Sample collection / geriatric care)
- Round the clock medical officer availability (TNMC approved)
- Joint Pain/Fracture clinic (C-ARM facility available)
- Govt approved COVID-19 Vaccination Centre
- Special discounts for Senior Citizens on all laboratory investigations
- We are Recognised by top TPAs and corporates.

Diagnostic Services
- X-ray
- Ultrasound (USG)
- ECG
- ECHO
- USG
- Clinical Laboratory Services

Unique Offers
"**Ungal Nalam**" scheme of Hale and Healthy Hospital – offers "**Free Duty Medical Officer (DMO) Consultation**" for all your health needs on the following days:
Every Wednesday - from 10 am to 12 (noon)
Every Saturday - from 10 am to 12 (noon)

Support Services
24/7 Pharmacy (door delivery available)
Physiotherapy

www.haleandhealthy.in
FOR APPOINTMENTS : 044-43093097 /42109696 / 6374160164

நாவில் நடனமாடும் சுவைக்கு...

கங்கா ஸ்வீட்ஸ்
GANGA SWEETS

BRANCHES
Anna Nagar Blue Star
4263 3086
Anna Nagar West Extn.
4264 5917
Anna Nagar 1st Main Road
4350 0998
Thiruvanmiyur
4230 0911
Velachery
4232 5234
Pallavaram
4207 3157
Kolathur 4286 6809/10

PURE GHEE SWEETS
Mail us @ gangasweets@gmail.com
Visit us @ www.gangasweets.com
HEAD OFFICE
Tel.: 4264 5911 / 2615 4635

YOUNG ACHIEVER AWARD

Goddess Renuka Parameswari's own gift, **Yeddanapudi Naga Parameswara Jeyan,** was born on 08.06.2012 to Mr. Y. Krishna Chaitanya, B.Com, MBA, Managing Partner, ICICI PruLife and Dr. Mrs. Y. Deepika, M.Sc, Ph.D, ECCE, B.Ed, a teacher at Delhi Public School, Nacharam. His paternal grandfather, Mr. Y. Subramaniam, is a retired RTC Official, Combined Andhra Pradesh. His grandmother, Mrs. Y.Jagadeeswari, is a housewife with basic education. His maternal grandfather, Dr. T. A. Lakshmipathy, M.B.B.S, is an alumnus of Government - Stanley Medical College. His maternal grandmother, Mrs. T. L. Anuradha, is an M.Phil in Hindi from Madras University.

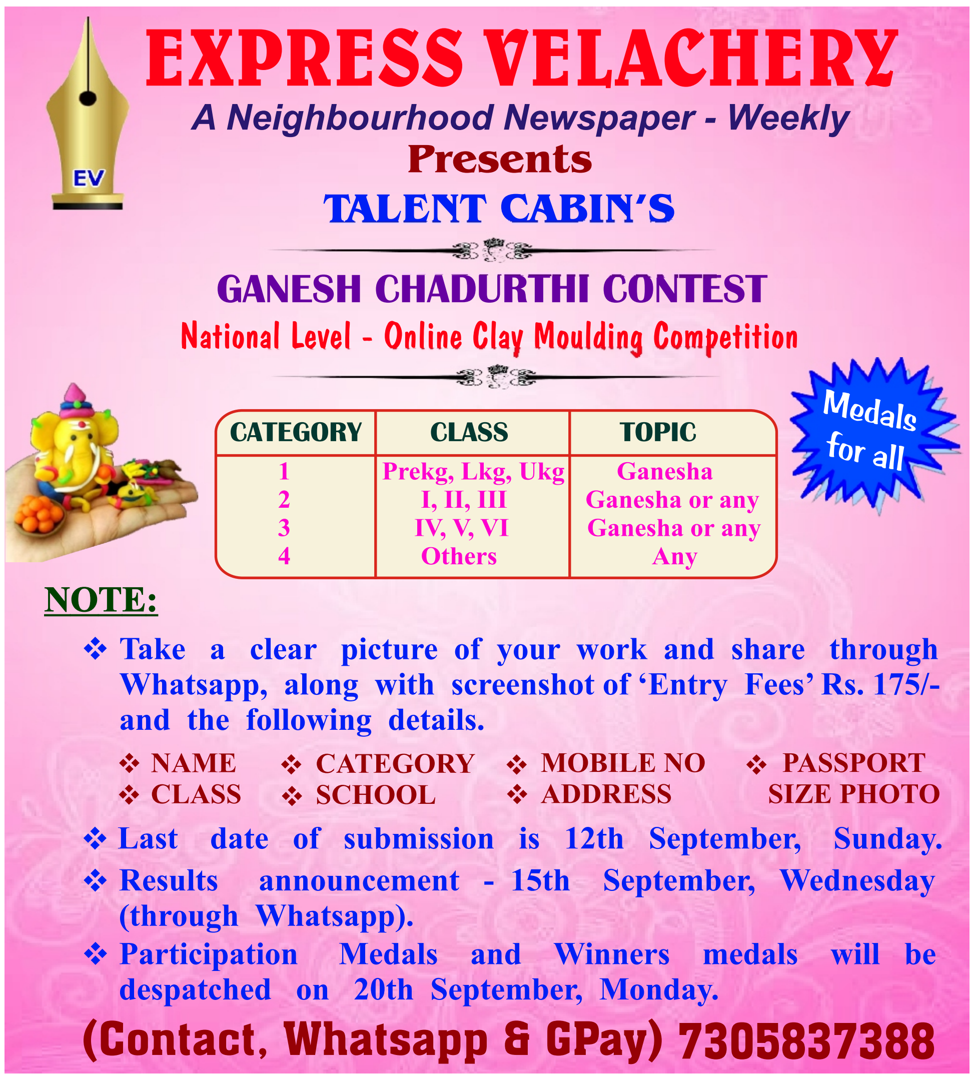
Jeyan, a bright and sharp kid is not only gifted by the goddess but also genetically by his parents. He first wrote a story named **"Morro, the Alien"** which was published in **Bookosmia,** when he was in **Class 3.**

During the pandemic when everyone was in lockdown mood, he first wrote an **eBook "Book of Virtues",** a collection of **5 moral stories** published on **Amazon** and **Kindle** platform. His work was recognised by the **India Book of Records** with an **Appreciation Award.** Within a span of few months, he came up with **"Treasure Chest"**, a collection of **18 poetries** published on **Amazon, Flipkart and Kindle.**

He has published several short stories and poetries in various reputed kids' magazines like Bookosmia, KidsAge, Robin Age, Telangana Today, Kids' Poetry Club, USA, iNTELLY JELLY, The Star Kidz, WizKidz Carnival, Express Velachery. Some of his **poetries** include ***My mom, My best friend, Chief Minister's Manifesto – A 9year Old's Dreams, Starry Night*** etc and **stories** include ***The Purrfect Gift, Raja, the Bear, The lost city of dogs*** etc. He is one of the co – authors and authors in the anthologies by reputed publications.

He is also the recipient of **Pratibha Sammaan Bal Ratna Award, 2021** by MVLA Trust and ***Bharat Ki Shaan Jury's Choice Award.*** He was one of the **journalists** to interview author Ms. Aparna Karthikeyan on the ***Bookosmia Room on Bakstage.*** Apart from these, he has participated in several online competitions and has come out with flying colours. They are NOF Junior Olympiad, Classminds Spellathon, Wiz National Spell Bee, competitions conducted by Little Learners, Skill Tree, Wonder Buddies, Born to Win, Express Velachery etc to name a few.

We all pray to the Almighty to bless him with a long live filled with many more star – studded writings. We also hope that the readers bless him with the most successful life both as an author and a poet.



சிவா விஷ்ணு ஆலயத்தில் நடைபெற்ற கிருஷ்ண ஜெயந்தி சிறப்பு வழிபாடுகள்...

கிருஷ்ணர் பிறந்த நாளான கிருஷ்ண ஜெயந்தி 30ஆம் தேதி திங்கள்கிழமை அன்று நாடு முழுவதும் கொண்டாடப்பட்டது.

பெருமாள் கோவில்கள், கிருஷ்ணர் கோவில்களில் கிருஷ்ண ஜெயந்தி சிறப்பு வழிபாடுகள் நடைபெற்றது. கிருஷ்ணருக்கு அலங்காரம் செய்யப்பட்டு சிறப்பு பூஜைகள் நடைபெற்றது.

இதையொட்டி நமது வேளச்சேரி விஜய நகரில் அமைந்துள்ள ஸ்ரீசிவா விஷ்ணு ஆலயத்தில் கிருஷ்ண ஜெயந்தி விழாவை முன்னிட்டு சிறப்பு பூஜைகள் நடைபெற்றது.

கிருஷ்ணருக்கு சிறப்பு அபிஷேகம், அலங்காரம், தீபாராதனை போன்ற சிறப்பு பூஜைகளும் நடைபெற்றது.

பாஞ்சராத்ர ஸ்ரீ கிருஷ்ண ஜெயந்தி. மன்னார்குடி ஸ்ரீ வித்யா ராஜகோபாலன் போல் நம் விஜயநகர் ராமரும் செட்டியார் திருக்கோலத்தில் கையில் தராசு, அரைக்கச்சுடன், இடுப்பில் சாவிக்கொத்துடன், திருவடியில் சதங்கையுடன் சேவை புரிந்தார்.

கொரோனா தொற்று பரவலை தடுக்கும் விதமாக கோவிலுக்கு வந்த பக்தர்கள் முககவசம் அணிந்து சமூக இடைவெளியை கடைபிடித்து சாமி தரிசனம் செய்தனர்.

Brahmin Kalyanam.com
An auspicious beginning...

பிராமணர்களுக்கு மட்டும்
REGISTER & GET
Brides/Grooms Profiles +
Free Benefits for 1000 days validity.
One time membership Fee Rs.1000 only.

Astro Guidance By :
Thethiyur V J Raman
Aathmartha Jothidar
89397 02500
brahminkalyanam.com@gmail.com

ஸ்ரீ சிவ - விஷ்ணு கோயில் விஜய நகர், வேளச்சேரி, சென்னை - 42

பவித்ரோத்ஸவம்

நமது கோயிலில் எழுந்தருளிருக்கும் ஸ்ரீசீதா லட்சுமண ஹனுமத் சமேத கோதண்டராம ஸ்வாமிக்கு வரும் ஆவணி 27 (12.09.2021) ஞாயிறு தொடங்கி, ஆவணி 30 (15.09.2021) வரை பவித்ரோத்ஸவம் நடைபெற இருக்கிறது.

நிகழ்ச்சி நிரல்

தேதி	கிழமை	நேரம்	நிகழ்ச்சி
12/09/2021	ஞாயிறு	மாலை 5.00	அனுக்ஞை, மிருத்ஸங்க்ரஹணம், அங்குரார்ப்பணம், கும்ப ஸ்தாபனம்,
13/09/2021	திங்கள்	காலை 8.30	1ஆம் கால ஹோமம், பவித்ரம் சாற்றுதல்
13/09/2021	திங்கள்	மாலை 5.30	2ஆம் கால ஹோமம்
14/09/2021	செவ்வாய்	காலை 8.30	3ஆம் கால ஹோமம்
14/09/2021	செவ்வாய்	மாலை 5.30	4ஆம் கால ஹோமம்
15/09/2021	புதன்	காலை 8.30	5ஆம் கால ஹோமம்
15/09/2021	புதன்	மாலை 5.00	5ஆம் கால ஹோமம், பூர்ணஹூதி, பலித்ரம் களைதல். திருமஞ்சனம், கும்பப்ரோக்ஷணம், உற்சவ சாற்றுமுறை

இந்த வார ராசிபலன்

மேஷம்
இந்த வாரம் நீங்கள் கொஞ்சம் கவனமாக இருக்க வேண்டும். நீங்கள் விரும்பாவிட்டாலும் உங்கள் கவனக் குறைவு உங்களுக்கு பிரச்சனையை ஏற்படுத்த வாய்ப்புள்ளது.

ரிஷபம்
இந்த வாரம் எந்த புதிய வேலையை தொடங்குவதற்கும் இது சிறந்த நேரம். இந்த நேரத்தில் நீங்கள் எந்த புதிய வேலையைத் தொடங்கினாலும் நல்ல லாபம் ஈட்ட முடியும்.

மிதுனம்
இந்த வாரம் உங்கள் ஆரோக்கியம் உங்கள் கைகளில் இருக்கும். எனவே, உங்கள் மன நிலையை மேம்படுத்த, தியானம் மற்றும் யோகா போன்றவை செய்வது மிகவும் நல்லது.

கடகம்
இந்த வாரம் உங்கள் வீட்டில் உறவினர்களின் வருகையால் நீங்கள் பணியிலிருந்து விடுப்பு எடுப்பது உங்கள் பல வேலைகள் சீர்குலையும். எனவே, பணியில் கவனம் தேவை.

சிம்மம்
இந்த வாரம் நீங்கள் தங்க நகைகள், வீடு, நிலம் அல்லது எந்த வீட்டின் கட்டுமானப் பணிகளிலும் முதலீடு செய்யலாம். இது எதிர்காலத்தில் உங்களுக்கு நல்ல லாபம் கிடைக்கும்.

கன்னி
இந்த வாரம் நீங்கள் நீண்ட காலமாக சந்திக்காத ஒரு நெருங்கிய நண்பரை சந்திப்பீர்கள். அவர்களின் வீட்டிற்குச் செல்லவும் உங்களுக்கு ஒரு வாய்ப்பு கிடைக்கலாம்.

துலாம்
இந்த வாரம் நீங்கள் ஆரோக்கியமாக இருக்க விளையாட்டு மற்றும் சில வெளிப்புற நடவடிக்கைகளில் தீவிரமாக பங்கேற்க வேண்டும். இது உங்கள் இழந்த ஆற்றலை மீட்டெடுக்கும்.

விருச்சிகம்
இந்த வாரம் உங்கள் விருப்பப்படி வேலையில் முன்னேறுவதற்கு உங்கள் திட்டங்களை பணியிடத்தில் வைக்க முடியாது. இதன் காரணமாக சில விரக்தி உணர்வுகள் காணப்படும்.

தனுசு
இந்த வாரம், உங்கள் குடும்ப சொத்துக்களிலிருந்து திடீர் பணத்தைப் பெறுவீர்கள். ஆனால் இந்த நேரத்தில், உற்சாகமடைவதன் மூலம் தவறுதலாக கூட உணர்வுகளை இழக்காதீர்கள்.

மகரம்
இந்த வாரம், நீங்கள் மற்றவர்களுடன் வாக்குவாதம் செய்வது, மற்றவர்களின் வேலையில் தவறுகள் கண்டுபிடிப்பதில் உங்கள் பழக்கத்தை மாற்றி கொள்வது நல்லது.

கும்பம்
இந்த வாரம் நீங்கள் பல விஷயங்களில் குழப்பமடைவீர்கள். ஆனால் அனைத்து பிரச்சனைகள் இருந்தாலும், நீங்கள் வேலையில் கவனம் செலுத்தினால், நிச்சயமாக வெற்றி கிடைக்கும்.

மீனம்
இந்த வாரம் உங்கள் வேலையில் உள்ள அனைத்து பிரச்சனைகளிலிருந்தும் விடுபடுவீர்கள். இதன் காரணமாக நீங்கள் புத்துணர்ச்சி மற்றும் மன அழுத்தமின்றி இருப்பீர்கள்.

நமது வேளச்சேரி விஜயநகரில் தமிழ்நாடு பிராமணசங்கம் வேளச்சேரி கிளை சார்பாக 22ஆம் தேதி ஞாயிற்றுக்கிழமை அன்று ஆவணி அவிட்டத்தை முன்னிட்டு யஜுர்வேத உபாகர்மா பூஜை நிகழ்ச்சி மிக சிறப்பாக நடைப்பெற்றது.

Entertainment Corner

குறுக்கெழுத்துப் புதிர்

1				■	2	3		
	■	4						
	■	5			6			
	7		■	8			9	■
			10					■
	11				■	12		
		■	13				14	
■	15							

இடமிருந்து வலம்:

1. உலகிலேயே அதிக வாக்காளர்களைக் கொண்ட நாடு (4)
2. மதம் ______ வேறு பெயர் (4)
4. கம்யூனிஸத்தின் தந்தை (7)
5. வயதானவர்களிடம் இந்தக் குணம் அதிகமாகக் காணப்படும் (3)
6. _____ ஆக செயல்பட்டால் வெற்றிக் கிட்டாது (4)
10. இது நாற்காலி செய்யமட்டுல்ல, அடிக்கவும் பயன்படும் (4)
12. எண்ணம் ______ இப்படியும் கூறுவர் (3)
13. வானில் செல்லும் வாகனம் (4)
14. ஓட்டை ______ வேறு பெயர் (2)
15. உலக வரலாற்றில் போரிலேயே ஈடுபடாத ஒரே நாடு (8)

மேலிருந்து கீழ்:

1. தேசிய ஒருமைப்பாட்டுத் தினம் இவர் பிறந்த நாளில் கொண்டாடப்படுகிறது (7)
2. வெண்மை நிறம் இதனை உணர்த்தும் (5)
3. தெளிவற்ற புதிரான சம்பவங்களை இப்படிக் குறிப்பிடுவர் (4)
4. கிங்மேக்கர் என்று அழைக்கப்படுபவர் (5)
7. "மாதம் மும் ________ பொழிகிறதா?" என்று அமைச்சரிடம் அரசர் கேட்பார் (2)
8. அறுசுவைகளுள் ஒன்று (3)
9. வார்ஸ இந்நாட்டின் தலைநகரம் (4)
10. ஜென்மம் _________ தூய தமிழில் (3)
11. .:. பிரான்சில் நடைபெறும் உலகத் திரைப்பட விழா (3)
12. இந்தியாவின் முக்கியமான சுற்றுலாத் தலங்களுள் ஒன்று (3)

உங்களின் திறமைகளை வெளிப்படுத்த, உங்கள் ஓவியம், கைத்திறம், கோலம் மற்றும் கவிதைகளை உங்களின் புகைப்படத்தோடு சேர்த்து வாட்சப் அல்லது மெய்ல் மூலம் எங்களுக்கு அனுப்பி வையுங்கள். இதற்கு கட்டணம் ஏதும் கிடையாது.

Publisher	: R. Rajesh
Editor	: Saranya Rajesh
Designer	: S. Aswini
Journalist	: P. Praveen

இது எங்களுடைய ஒரே பத்திரிக்கை நிறுவனம்
This is our only concern

Express Velachery
Weekly - News Paper
37F, Diya Complex
Velachery Main Road, Vijayanagar,
Velachery, Chennai - 600042.
Timing: Monday to Friday 9.30 am to 6.00 pm
Saturday 9.30 am to 12.30 pm
044-42077328 / 7305837388
E-mail : expressvelachery@gmail.com

DISCLAIMER

Readers are advised to make appropriate enquiries while responding to advertisements in these columns. Express Velachery does not vouch for any claims made by the Advertisers. The Printers, Publishers, Editor and Owners of Express Velachery shall not be held responsible/ liable for any consequences, in case such claims are found to be false.

தமிழோடு! விளையாடு!

வார்த்தை தேடு

கட்டத்தில் உள்ள எழுத்துக்களில் 10 இந்திய ஆறுகளின் பெயர்களை கண்டுபிடியுங்கள்.

ஈ	இ	பா	தா	ர்	கா	ங்	து	அ	உ
ரா	ய்	ம	ங்	க	ல்	கி	ங்	லா	ஜ
ரி	ரா	ம்	ம	ணி	ஓ	யு	ர	ச	ஒ
அ	இ	ஐ	னி	த்	நா	வ	சி	ஓ	இ
ஊ	அ	ரா	பி	ஏ	அ	ஈ	ஊ	ணி	ரா
ஆ	ப்	ஆ	க	ஈ	இ	ஐ	தி	ர	கா
சி	ம	ஞ்	ச	ள்	ஆ	று	ந	ப	ங்
உ	ப்	ரா	ண	ஹி	தா	ஐ	கா	ர	அ
ப	க்	ரே	சு	வ	ர்	எ	ம	மி	உ
கா	ம்	பி	ர்	ஒ	ச	ப	ரி	தா	ஊ

சென்ற வார வார்த்தை தேடு விளையாட்டிற்க்கான விடைகள்

10 மாநில தலைநகரத்தின் பெயர்கள்

பொ	ஐ	த	ரா	பா	த்	ஈ	எ	ஜ	அ
அ	க	ர்	தா	லா	ரை	இ	உ	ம்	ம
எ	எ	ஐ	ஒ	ஏ	ள	ப	ப்	மு	ஒ
ப	னா	ஜி	அ	பா	ட்	னா	த	ம	ட
இ	ஸ்ரீ	ந	க	ர்	ஓ	இ	ஐ	உ	செ
ஆ	ஐ	ஏ	சி	அ	ஒ	ஒ	ஒ	ஏ	ன்
ஏ	உ	ஊ	ம்	இ	ம்	பா	ல்	ஒ	னை
ஒ	அ	இ	லா	உ	அ	இ	அ	இ	த்
ஔ	ஒ	ஈ	ளு	உ	எ	ஆ	ஐ	ஓ	இ
வி	ஜ	ய	வா	டா	ஒ	ஜ	ஸ்	வா	ல்

<u>சென்ற வார குறுக்கெழுத்து விளையாட்டிற்கான விடைகள்</u>

இடமிருந்து வலம்: **1. ஒட்டகச்சிவிங்கி 5. கடுகு 7. உமி 8. கனி 9. சதை 10. தானியங்கி 12. வாள் 13. மேரு 14. அழை 15. சுகம் 18. லியோனார்டோ டாவின்சி**

மேலிருந்து கீழ்: **1. ஒழுக்கம் 2. கசடு 3. சிபி 4. கிருமி 6. குடியரசு 7. உதை 8. கம் 10. தாள் 11. இருவாட்சி 12. வாழை 14. அல்லி 16. கனடா 17. தேர்**

அறுசுவை சமையல்

மாங்காய் குழம்பு

தேவையான பொருட்கள்:

பெரிய நீள மாங்காய் - 1
துருவிய தேங்காய் - அரை மூடி
சீரகம் - 1 ஸ்பூன்
காய்ந்த மிளகாய் - 6
சாம்பார் வெங்காயம் - 5
மஞ்சள் தூள் - அரை ஸ்பூன்
வெங்தயம் - கால் ஸ்பூன்
எண்ணெய் - 2 ஸ்பூன்
கடுகு - கால் ஸ்பூன்
கருவேப்பிலை - சிறிதளவு
உப்பு - தேவையான அளவு

செய்முறை:

❖ முதலில் மாங்காயை தோல் சீவீ நீள துண்டுகளாக நறுக்கி கொள்ள வேண்டும்.

❖ பின்னர் மிக்ஸியில் தேங்காய், காய்ந்த மிளகாய், சீரகம், மஞ்சள் தூள், சாம்பார் வெங்காயம் அனைத்தையும் சேர்த்து தேவையான அளவு தண்ணீர் சேர்த்து நன்கு அரைத்து கொள்ள வேண்டும்.

❖ பின்பு அரைத்து வைத்துள்ள மசாலா மற்றும் நறுக்கிய மாங்காய் 1 டம்ளர் தண்ணீர் தேவையான அளவு உப்பு சேர்த்து நன்கு கொதிக்க வைக்க வேண்டும்.

❖ மாங்காய் வெந்து குழம்பு கெட்டியானவுடன் இறக்கி வைத்து பின் ஒரு கடாயில் எண்ணெய் ஊற்றி கடுகு, வெங்தயம், கருவேப்பிலை போட்டு தாளித்து அதை இறக்கி வைத்த குழம்பில் சேர்த்து நன்கு கிளறிவிடவும்.

❖ சுவையான வாசனையான மாங்காய் குழம்பு ரெடி.

எக்ஸ்பிரஸ் ஜோக்ஸ்..........

அப்பா : டேய் மகனே... பரிட்சை நல்லா எழுதியிருக்கியா டா...?
மகன் : நல்லா எழுதியிருக்கேன் பா...
அப்பா : மொத்தம் எத்தனை கேள்வி கேட்டாங்க...?
மகன் : ஐந்து கேள்வி கேட்டாங்கப் பா...
அப்பா : நீ எத்தனை கேள்வி அதுல விட்டுட்டு வந்த...?
மகன் : முதல் மூன்று கேள்வியும் கடைசி 2 கேள்வியும் விட்டுட்டேன் பா...

******

அப்பா : ஏண்டா...? பரிட்சையில மார்க் கம்மியா இருக்கு, நல்லா அடிச்சு உதச்சாதான் சரியா வரும்னு நினைக்கிறேன்...
மகன் : ஆமாம் பா... நானும் அதையே தான் நினச்சேன், அந்த வாத்தியார் வீடு எனக்கு தெரியும்பா, வாங்க போகலாம்...

******

விடுகதை விளையாட்டு

1. காலடியில் சுருண்டிருப்பாள் கணீர் என்று குரலிசைப்பாள் - அவள் யார்?
2. அந்தரத்தில் தொங்குவது சொம்பும் தண்ணீரும் - அது என்ன?
3. காலையிலும் மாலையிலும் நெட்டை மதியம் குட்டை - அது என்ன?
4. ஐந்து வீட்டிற்க்கு ஒரு முற்றம் - அது என்ன?
5. சட்டையைக் கழற்றினால் சத்துணவு - அது என்ன?

<u>சென்ற வார விடுகதை விளையாட்டிற்கான விடைகள்</u>

1. பற்கள் 2. தாமரைப் பூ 3. தாழம்பூ 4. கண்கள் 5. தலை வகிடு

சுடோக்கு விளையாட்டு

கட்டத்தில் உள்ள எண்களுக்கு ஏற்ப சரியான விடையை கண்டுபிடியுங்கள்.

	1			4			5	
4		7				6		2
8	2		6				7	4
				1		5		
5								3
		4		5				
9	6				3		4	5
3		5				8		1
	7			2			3	

சென்ற வார சுடோக்கு விளையாட்டிற்கான விடை

6	5	7	9	4	1	2	3	8
1	2	3	6	5	8	9	4	7
8	9	4	2	3	7	6	5	1
7	6	5	1	2	3	4	8	9
2	3	1	8	9	4	5	7	6
9	4	8	7	6	5	1	2	3
5	1	2	3	7	6	8	9	4
3	8	9	4	1	2	7	6	5
4	7	6	5	8	9	3	1	2

TNBIL04133 R.Dis.No.1845/2014

Owned & Published R.Rajesh, No.17, 100ft, By Pass Road, Velachery, Ch-42. Printed by S.Ali Mohammed Sayeed, Mo.22/49, Subedar Hussain Street, Border Thottam, Royapettah, Ch-14. Editor: SARANYA RAJESH