

N.S.D.C. Medical Skill Development Corporation
Skill India
natuRals Training Academy

அழகுக் கலை பயிற்சி நிலையம்

- ✔ மத்திய அரசு வழங்கும் சான்றிதழ்
- ✔ சரியான கட்டணத்தில் முழுமையான பயிற்சி
- ✔ பல்வேறு படிப்புகள்
- ✔ 100% வேலை உதவி

எண். 15, 3 வது தளம், வேளச்சேரி பிரதான சாலை, பீனிக்ஸ் மால் எதிரில். சென்னை - 600042
வேளச்சேரி
Contact Us : 9962678900

EXPRESS VELACHERY

Neighbourhood Newspaper - Weekly

Free Circulation

N.S.D.C. Medical Skill Development Corporation
Skill India
natuRals Training Academy

Beauty Academy

- ✔ Various Courses Available
- ✔ Central Government Certificate
- ✔ Affordable fees
- ✔ 100% Job Assistance

No.15, 3rd floor, Velachery Main Road, Opp. Phoenix Mall, Chennai - 600 042.
Velachery
Contact Us : 9962678900

VOL - 3 ISSUE - 27

Editorial : 044-42077328 / 7305837388

email : expressvelachery@gmail.com





SS ACADEMY

"Lead you to the right path!"

Admissions Open Now

TUITION FOR CLASS I to XII (ALL BOARDS)

XI & XII - SCIENCE STREAM
COMMERCE STREAM

NEET / JEE / NATA / NTSE EXAMS
(INTENSE & EFFECTIVE COACHING)

For Registration
Contact : 74189 67418
98409 38131

- ✎ Join us to achieve your aim for public exam preparation
- ✎ Chapter wise keypoints discussion 100% Assured Results
- ✎ We Provide simple & Practical method of Teaching
- ✎ Career Counselling by Senior academician
- ✎ One to one counselling for Students & Parents

No.1, Ground Floor, Isha Kavitha Second Street, Sarathy Nagar, Velachery, Chennai - 600 042.
E-mail : vanissacademy2020@gmail.com / Website: www.ssacademychennai.co.in

AL-MADINA
Footwares & Bags

VKE pride **Bata**
Jaragon MAX **Jaragon**
GENT'S PREMIUM FOOTWEAR





No.6, Gandhi Road, Velachery,
Chennai - 600042.
99413 76620

green trends
UNISEX HAIR & STYLE SALON



Get 25% off on
min bill value 1000

Safe sanitized and vaccinated staff
WEEKDAYS: 10am-9pm / WEEKENDS: 10am-10pm

New No.48-A, Tharamani 100ft Road (Opp. to TATA Consultancy Services) Velachery, Chennai-600042
www.mygreentrends.in
facebook.com/mygreentrends
Toll Free: 1800 4 20 20 20

Contact : 9940443822 / 04442818280

CEREMONIOUS INAUGURATION OF SAHIBZAADE BLOCK AT GURU NANAK COLLEGE

The Majestic Multi utility "Sahibzaade block" consisting of ground plus three floors was inaugurated on 15th August 2021. The College is celebrating its Golden Jubilee year and this memorable event is a milestone in the history of the Guru Nanak Educational Society.

Mr. Gagandeep Singh Bedi I.A.S., Principal Secretary/Commissioner, Greater Chennai Corporation, the Chief Guest inaugurated and unveiled the plaque. This building is to provide Offices and conference rooms for the various extension services of the College such as Guru Nanak Centre for Skill Development, Twinning programme of Pondicherry University, UPSC Coaching Centre and a Guest House for use by Guests to the College. On the first floor the Guru Nanak Medical Centre, to provide health care to the needy patients from the locality is Established. In his address, he appreciated the Governing Council of Guru Nanak Educational Society on the noble social service extended to the students and the society at large. He also made a special mention of the selfless service by GNES during the current pandemic, both in the first wave and the second wave too. Service to the migrant guest workers and also to the frontline



workers, Mini ICU facility and quarantine Centres, in more ways than one. He applauded the dedicated service of the GNES, not only education to all sections of students, but also to various sections of the Society. The Sikhs are a true minority consisting of about 200 families in the Chennai and yet their services are extensive and reach a large section of the society.

The accomplished academician, Dr. Jai Deep Mahendra, Professor and Director of Postgraduate Studies and Research, Department Of Periodontology, Meenakshi Ammal Dental College Chennai, Guest of Honour, inaugurated the Guru Nanak Medical Centre and

applauded the members of the Guru Nanak Educational Society for their benevolent service that is extended to all sections of the society and presently including the healthcare sector too. Mr. Jasbir Singh Narula, Chairman, Planning Committee, Highlighted on the upcoming projects namely World Class Sports Academy with shooting range and other sports like Squash, Badminton and the proposed new CBSE block of the

Guru Nanak Matriculation Higher Secondary School. Mr. Manjit Singh Nayar, General Secretary and Correspondent, GNES, traced the record growth of the College from student strength of 450 and Pre University and 3 UG Courses to a full-fledged UG, PG, Research and Extension activity Institution. The College in its 50th year offers 37 programmes (UG and PG) and 17 skill certificate courses and Ph.D. research in 8 disciplines with Student strength of 8000. He expressed his gratitude and thanked everyone for coming together in making the vision of Guru Nanak Educational Society reach great heights.

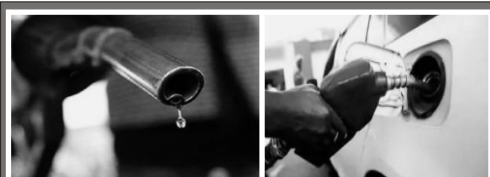
Mr. Rajinder Singh Bhasin, President, GNES, esteemed members of the Governing Council with their spouses, Dr. Marlene Morais, Advisor to the Management, Dr. M.G. Ragunathan, Principal, faculty members and administrative staff of Guru Nanak College, members of the Guru Nanak Matriculation Higher Secondary School and Special invitees graced the occasion.

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 & its Complications
சர்க்கரை வியாதிகள்
- ❖ Cholestrol, 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

சென்னையில் பெட்ரோல், டீசல் விலை நிலவரம்



பெட்ரோல் விலை விலை 1 லிட்டர் ₹ 99.47	டீசல் விலை விலை 1 லிட்டர் ₹ 93.84
--	---

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

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

TOILET RENT VELACHERY

350 Square feet,
Rent 8,000/-

INDEPENDENT HOUSE

Working women 1or 2 Girls
350 சதுர அடி குடோன்
வாடகைக்கு (Purpose)

Provision Store
எண்ணெய் குடோன்
அரிசி குடோன்
மருந்து குடோன்
(Tuition Centre, Office
Rent Negotiable)

Contact- 7397354283

யோகாசனம்

தியானம்

மனதிற்கு அளிக்கக்கூடிய பயிற்சியே தியானம்.

செய்முறை:

- ❖ பத்மாசனத்தில் அல்லது வஜ்ராசனத்தில் அமரவும், மெதுவாக கண்களை மூடவும்.
- ❖ தலை, கழுத்து, முதுகெலும்பு நேராக இருக்க வேண்டும். மனம் சூரிய உதயத்தின் உருவத்தை நினைத்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும்.
- ❖ குறைந்தது 5 நிமிடமாவது இந்த நிலையில் இருக்க வேண்டும்.

பயன்கள்:

- ❖ மனதை அமைதிக்கு கொண்டு வரும். மனதை ஒருமுகப்படுத்தும். மன வலிமை அதிகரிக்கும். சகிப்புத் தன்மை, விடாமுயற்சி, வைராக்கியம் போன்றவை தியானம் மூலம் கிடைக்கும்.



அருட்பெருஞ்ஜோதி தனிபெருங்கருணை

YOGA CENTRE

Cell : 9444 122 922



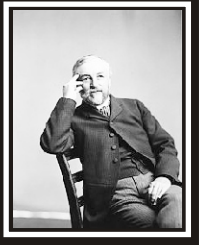
ஆன்மீக ககவல்

வீட்டில் வாஸ்து தோஷம் நீங்க இந்த பரிகாரம்
நல்ல பலனைத் தரும்

வாஸ்து தேவன் துதி

வாஸ்து பூஜையன்று சொல்ல வேண்டியது.
வீட்டில் வாஸ்து கோளாறுகள் ஏதேனும்
இருந்தாலும் தினசரி இந்த ஸ்லோகத்தைப்
பாராயணம் செய்ய அவை நீங்கும்.

ஓம் வாஸ்து புருஷாய நம! ஓம் ரக்தலோசனாய நம!
ஓம் க்ருஷ்ணாங்காய நம! ஓம் மஹா காயாய நம!



சாமுவேல் பியேர்பாயிண்ட் இலாங்லே
(Samuel Pierpont Langley)
பிறந்த தினம் இன்று ஆகஸ்ட் - 22, 1834

சாமுவேல் பியேர்பாயிண்ட் இலாங்லே
ஆகஸ்ட் 22, 1834ஆம் ஆண்டு பிறந்தார்.
இவர் ஓர் அமெரிக்க வானியலாளரும்
இயற்பியலாளரும் ஆவார்.

இவர் கனல் அளவியை (bolometer) முதலில்
வடிவமைத்தவர் ஆவார். மேலும் இவர் வானூர்தியியல்
வல்லுனரும் ஆவார். இவர் போசுடன் இலத்தீன் பள்ளியிலும்
போசுடன் ஆங்கில உயர்நிலைப் பள்ளியிலும் கல்விகற்றார்.
இவர் ஆர்வார்டு வான்காணகத்தில் உதவியாளராகப்
பணிபுரிந்த பிறகு, கணிதவியல் பேராசிரியராக அமெரிக்க
நாவாயியல் கல்விக்கழகத்தில் சென்று சேர்ந்தார். அந்தக்
கல்விக்கழகத்தின் சிறிய வான்காணகத்தை மீட்டு இயக்கச்
சென்றார்.

இவர் 1867இல் அல்லெகேனி வான்காணகத்தின்
இயக்குநரானார். மேலும் பென்னிசில்வேனியா மேற்குப்
பல்கலைக்கழகத்தின் வானியல் பேராசிரியராகவும்
விளங்கினார். இவர் 1887இல் சுமிட்சோனிய நிறுவனத்தின்
மூன்றாம் செயலராகச் சேர்ந்தாலும் இப்பதவியில் 1891 வரை
தொடர்ந்து இருந்தார். இவர்தான் சுமிட்சோனிய வானியற்பியல்
வான்காணகத்தை நிறுவியவர் ஆவார்.

இந்த வார ராசிபலன்



மேஷம்

இந்த வாரம் உங்கள் உறவினர்கள்
மூலம் மங்களகரமான நிகழ்ச்சிகள்,
வந்து சேரும். இது உங்கள் குடும்ப
உறுப்பினர்கள் அனைவருக்கும்
மகிழ்ச்சியான தருணமாக இருக்கும்.



துலாம்

இந்த வாரம் நீங்கள் குறைவாக வேலை
செய்ய வேண்டியிருக்கும், ஏனெனில்
உங்கள் கடின உழைப்பின் சிறந்த
முடிவுகளைப் பெறுவீர்கள், இது உங்கள்
நிலைமையையும் மேம்படுத்தும்.



ரிஷபம்

இந்த வாரம் நீங்கள் உங்கள் குடும்ப
உறுப்பினர்களின் ஆரோக்கியத்தில்,
முழு கவனம் செலுத்துவீர்கள்.
அத்தகைய சூழ்நிலையில் குடும்பத்தில்
இருந்த விவாதம் விலகும்.



மிதுனம்

இந்த வாரம், எதிர்மறை எண்ணங்கள்
உங்கள் மனதில் ஆதிக்கம் செலுத்தும்.
இதன் விளைவாக, நீங்கள் பல நல்ல
மற்றும் லாபகரமான வாய்ப்புகளை
இழக்க நேரிடும்.



கர்கிடம்

இந்த வாரம் உங்களுக்கு மிகவும்
சிறப்பாக இருக்கும். உங்கள் மரியாதை
மற்றும் கவுரவம் அதிகரிப்பதை
காண்கூடும். குடும்பத்தில் மகிழ்ச்சி
அதிகரிக்கும்.



கருகம்

இந்த வாரம், உங்கள் தினசரி
வழக்கத்தில் நீங்கள் சலிப்படையலாம்,
இதனால் உங்கள் மனம் அன்றாட
பணிகளில் இருந்து வேறுபட்ட
ஒன்றைச் செய்ய தோன்றும்.



கடகம்

இந்த வாரம் உங்கள் ஆரோக்கியத்தில்
கவனம் தேவை. உங்கள் மன
அழுத்தத்திலிருந்து விடுபட, இந்த
நேரத்தில் தியானம் மற்றும் யோகா
போன்ற பயிற்சிகள் செய்யவும்.



மகரம்

இந்த வாரம் ஏதாவது பொருட்கள்
வாங்குவதற்கு மிகவும் உகந்தது.
அத்தகைய சூழ்நிலையில் தங்கம், வீடு,
நிலம் போன்றவற்றில் முதலீடு செய்தால்
எதிர்காலத்தில் நல்ல லாபம் தரும்.



சிம்மம்

இந்த வாரம் உங்களுக்கு செலவுகள்
அதிகமாக இருக்கும். மன அழுத்தம்
வரக்கூடும். ஏனென்றால், உங்கள்
உடன்பிறப்புகளின் ஆரோக்கியம்
சற்று பலவீனமாக இருக்கும்.



கும்பம்

இந்த வாரம் நீங்கள் ஏதாவது பெரிய
முடிவு எடுக்க வேண்டியிருந்தால்,
எந்த விஷயத்திலும் முதலில் உங்கள்
குடும்ப உறுப்பினர்களிடம் கருத்து
கேட்பது மிகவும் அவசியம்.



கன்னி

இந்த வாரம் உங்கள் குடும்பத்தில்
உள்ள ஒருவரின் ஆலோசனைப்படி
உங்களுக்கு அதிகம் பணம் சம்பாதிக்க
வாய்ப்பு கிடைக்கும். இதனால் உங்கள்
மனம் மகிழ்ச்சி அடையக்கூடும்.



மீனம்

இந்த வாரம் ஆரோக்கியத்தின்
பார்வையால் கொஞ்சம் சிறப்பானதாக
காணக்கூடும். இருப்பினும் நீங்கள்
உங்கள் ஆரோக்கியத்தில் முக்கியமாக
கவனம் செலுத்த வேண்டும்.



No. 15, 3rd floor, Velachery main road, Velachery, opp. Phoenix mall Chennai - 600042

Course Offered

Basic in Skin, Hair
& Makeup

Bridal
Makeover

Advance in Skin,
Hair & Makeup

Master Diploma In
Grooming

Diplomo in Skin
& Hair

Why To Join In Velachery Branch

- ✓ Certified Trainers
- ✓ Regular Practice
- ✓ Individual Attention
- ✓ Job Assistance
- ✓ Good Ambience
- ✓ Training Kits Provided
- ✓ Live Model Practice
- ✓ Stunning Portfolio



Career Opportunities

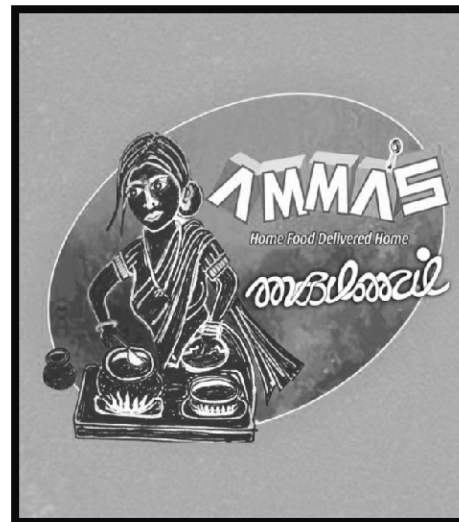
- ✓ Beauty Therapist
- ✓ Cosmetologist
- ✓ Free Lancer in Beauty Industry
- ✓ Hairstylist
- ✓ Saloon Sales Consultant
- ✓ Makeup Artist
- ✓ Fashion show Stylist
- ✓ Cosmetologist Instructor



Velachery



Contact Us: 9962678900



“அம்மாஸ் கைமணம்”
இல்லத்தரசிகள் மூவரின்
வியக்கவைக்கும் முயற்சி.

மூவரும் ஒவ்வொரு
சமையல்கலைகளில் (குசெய்ன்ஸில்)
கைதேர்ந்தவர்கள். தமிழ் பிராமண
உணவு, செட்டிநாடு நாட்டார்கள்
சைவ, அசைவ உணவு வகைகள்,
மற்றும் இத்தாலியன், மெக்ஸிகன்
உணவு வகைகளில் கைக்குவம்
கொண்ட கெட்டிகாரர்கள்.

உங்கள் உணவு தட்டுகளுக்கு,
அவர்கள் ருசித்த அவரவர்
அம்மாக்களின் கைமணத்தை
கொண்டு சேர்க்க, இந்த நறுமணப்
பெயர் சூட்டியிருக்கிறார்கள்!

சேர்மான பொருட்கள் எல்லாம் இயற்கை முறையில்
உற்பத்தி ஆகும் இடத்திலிருந்து கொள்முதல் செய்யப்படுகிறது.
அரவை கலைகள் வீட்டில் பக்குவமாக தயாராகிறது. மேலும்
காய்கறிகள், கோழி, ஆட்டுகறி வகையராக்கள் நேர்மறை முறைப்படி
வளர்க்கப்படும் பண்ணைகளிலும், மீன்கள் அன்றைய பிடிப்புகளிலும்
கொள்முதல் செய்யப்பட்டு இல்லத்தரசிகளின் கைமணத்தில்
விதவிதமான அறுசுவை உணவுகள் உங்களுக்காக! எங்கள்
பிரசித்திபெற்ற பிரியாணி சிறப்பு சுவையுடன் ஆரோக்கியத்திற்கும்
முக்கியத்துவம் கொடுக்கும் தனித்தன்மையுடையது. செட்டிநாட்டு
பலகாரங்கள், பிராமண பட்சணங்கள் அனைத்தும் கைதேர்ந்த ஆச்சி
மற்றும் மாமி கைகளிலிருந்து ஆத்தென்டிக்கா. வேறு எங்கும்
கிடைக்காத டிரைஷன்ஸ் பக்குவத்தில் தயாராகும் சிறப்பு
பலகாரங்கள்!

ஸ்மார்ட் போன், பைக்குடன் தங்கள் இல்லத்திற்கோ,
அலுவலகத்திற்கோ கொண்டு வந்து கொடுக்கும் டெலிவரி
ஆண்களும், பெண்களும் கொண்ட நிறுவனம், எல்லா விதமான
விசேஷங்களுக்கும், விருந்துகளுக்கும், சடங்குகளுக்கும் கேட்டரிங்
சர்வீஸ் செய்ய ஆயத்தமான ஒன்று. தாங்கள் கொடுக்கும் விலையை
விட அதிக மதிப்புமிக்க உணவுவகைகள்.

வாருங்கள் எண்2, தண்டன்வரம் 5ஆவது பிரதான
சாலை, வேளச்சேரியில் உள்ள அம்மா கைமணத்திற்கு. வரவேற்கிறோம்!
தமிழ் பிராமண சுத்த சைவ, செட்டிநாட்டு நாட்டார்கள், சைவ, அசைவ
வீட்டு சாப்பாடு சாப்பிட from the hands of 3 இல்லத்தரசிகள்.

Contd...Pg.No.8

Chutties Corner

கனிக்திரமை பகுதி



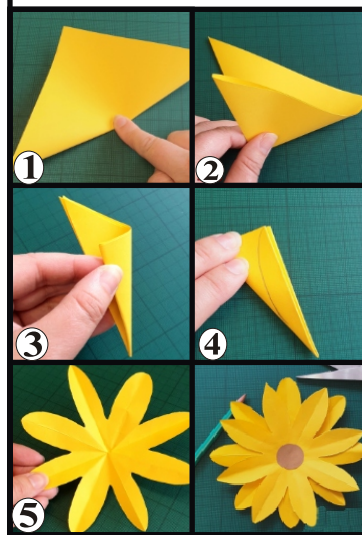
k.kenneth kingston
III - std

BIRTHDAY WISHES



Gajalakshmi
August - 21

PAPER CRAFT



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

வண்ணக்கோலம்



Devika Marimuthu
Thiruvanniyur



Dr. RAJESHWAR'S

Skin and Hair Restoration Centre

Book for Unlimited Hair with
HAIR TRANSPLANT

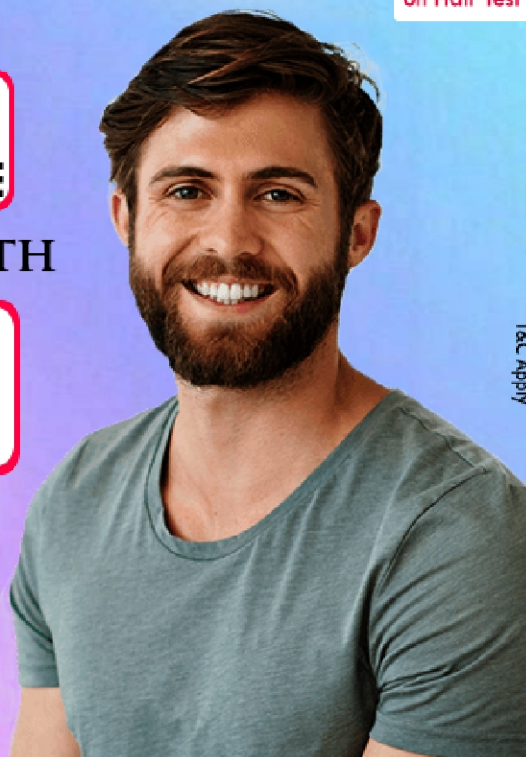
UPTO **40%** Off + **2 PRP FREE**

PRP HAIR-REGROWTH

Book **5** Sessions Get **FREE** Sessions

Book Now
73373 11188

Avail
50%
on Hair Test



T&C Apply



Dr. RAJESHWAR'S

Skin and Hair Restoration Centre

World Class Advanced Skin & Hair Restoration Centre

ANTI-AGING Treatment | HAIR Re-Growth | SKIN Rejuvenation | MEGA HAIR Transporation | LASER Hair Reduction
CHENNAI AND HYDERABAD

CHENNAI - BRANCH

Door No. 15, First Floor, Velachery Main Road, Opposite to Phoenix Mall, Chennai - 600 042
Cell - 7337311188 / 044-42152111
Email : info.drshr@drsr.com

<http://www.drrajeshwarisclinic.com>



10%
off on
physiotherapy
packages

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

SILARM
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

Book your physio session now !

Call us

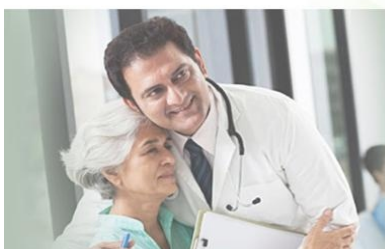
9884313185 / 9841333185 / 9884638757

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.



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



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.

Unique Offers

Diagnostic Services

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

"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

PURE GHEE SWEETS

Mail us @ gangasweets@gmail.com
Visit us @ www.gangasweets.com

HEAD OFFICE

Tel.: 4264 5911 / 2615 4635

BRANCHES

Anna Nagar Blue Star
4263 3086

Anna Nagar West Extn.
4264 5917

Anna Nagar 1st Main Road
4350 0998

Thiruvanniyur
4230 0911

Velachery
4232 5234

Pallavaram
4207 3157

Kolathur 4286 6809/10

இளம் சாதனையாளர் விருது



R. சிந்தியா என்கிற ஒன்பது வயது சிறுமிக்கு நமது எக்ஸ்பிரஸ் வேளச்சேரி குழு "இளம் சாதனையாளர்" விருதை வழங்கியது. இவர் வேளச்சேரியில் வசித்து வருகிறார். தற்போது ஐந்தாம் வகுப்பு படிக்கும் இவர் நடன போட்டி, பேச்சு போட்டி, அறிவியல் சோதனை, யோகா, கராத்தே, ஸ்லோகம், கர்நாடக சங்கீத இசைப் போட்டி, நீச்சல், மாறுவேடச் சுற்று, திருக்குறள் போட்டி, ஓவியப் போட்டி, மேஜிக் ஷோ, கிளே மோல்டிங், பெஸ்ட் அவுட் ஆட் வேஸ்ட், புட்பால், போட்டோகிராபி, எழுத்துப்போட்டி,

மரத்தான், ஓட்டப் பந்தயம் ஆகிய பல விதமான போட்டிகளில் பங்கேற்று வெற்றி பெற்று நாற்பத்தி நான்கு பதக்கங்களும், இருபத்திரண்டு கோப்பைகளும், மேலும் சில பரிசு பொருட்களும் வாங்கி குவித்துள்ளார்.

இவற்றுள் பள்ளி அளவிலான போட்டிகள் மட்டுமின்றி இடைநிலை பள்ளிகளுக்குள் நடைபெற்ற போட்டிகள், மாநில அளவிலான போட்டிகள் மற்றும் தேசிய அளவிலான போட்டிகளும் அடங்கும். இவர் அப்துல் கலாம் மெமோரியல் அவார்டு, ஞான சுடர் அவார்டு,

வித்தக சிற்பி அவார்டு, மல்பி டேலண்ட்ட் கிட் அவார்டு போன்ற பல பட்டங்களை ஏற்கனவே பெற்றுள்ளார்.

சுமார் எழுபத்தைந்து பரிசுகளைப் பெற்ற இவர் சில யூ-டியூப் வீடியோக்களிலும் குறும்படங்களிலும் நடித்துள்ளார்.

மேலும் ISRO நடத்திய WORLD SPACE WEEK என்ற விழாவில் Dr. J. ராதா கிருஷ்ணன் I.A.S. அவர்களிடமிருந்து 2019ஆம் ஆண்டில் பரிசு பெற்றுள்ளார்.

நேரு ஸ்டேடியத்தில் 2016 ஆம் ஆண்டு நடைபெற்ற மாநில அளவிலான ஓட்டப் பந்தயத்தில் இரண்டாம் இடத்தைப் பிடித்துள்ளார்.

இந்த சிறு வயதிலேயே இத்தனை சாதனைகளைப் புரிந்த இந்த இளம் சாதனையாளருக்கு

இந்த விருதினை வழங்கியமைக்கு நாங்கள் பெருமைப்படுகிறோம். அவரது வருங்காலம் மிக சிறப்பாக அமைய எங்களுடைய வாழ்த்துகள்.

இவரைப் போன்ற இளம் சாதனையாளர்களை ஊக்குவித்து உலகரியச் செய்ய வேண்டுமென்பதே எங்கள் குறிக்கோள். உங்கள் வீட்டிலும் இதேப் போல் குறைந்தபட்சம் பத்து பரிசுகளைப் பெற்ற பள்ளி மற்றும் கல்லூரியில் பயிலும் மாணவ மாணவிகளைப் பற்றிய தகவல்களை ஆதாரங்களோடு எங்களுக்குத் தெரிவிக்க வேண்டிய புலனம் எண் 7305837388. வேளச்சேரியை சேர்ந்தவர்களுக்கு மட்டுமல்லாமல் அனைத்து நகரங்களைச் சேர்ந்தவர்களுக்கும் இந்த வாய்ப்பு அளிக்கப்படும்.



சிவா விஷ்ணு ஆலயத்தில் ஆடி கடைசி வெள்ளிக்கிழமையை முன்னிட்டு நடைபெற்ற சிறப்பு வழிபாடுகள்...

நமது வேளச்சேரி விஜயநகரில் அமைந்துள்ள ஸ்ரீசிவா விஷ்ணு ஆலயத்தில் 13ஆம் தேதி அன்று ஆடி கடைசி வெள்ளிக்கிழமையை முன்னிட்டு சிறப்பு வழிபாடுகள் நடைபெற்றது. ஸ்ரீமீனாட்சி அம்மன் ஸ்ரீவாராகி அலங்காரத்தில் அம்மன் அருள் புரிந்த காட்சி மிகவும் சிறப்பு. ஆடி கடைசி வெள்ளியான அன்று அம்மனுக்கு சிறப்பு பூஜைகளும் நடைபெற்றது.



ஆடி கடைசி வெள்ளி அன்று ஸ்ரீராமர் சயனதிருக்கோலம் மற்றும் ராமர் சீதை ஊஞ்சல் சேவையும் மிக சிறப்பாக நடைபெற்றது. பக்தர்கள் அனைவரும் கலந்துக் கொண்டு சாமி தரிசனம் செய்தனர்.



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

சென்னை மாவட்டத்திற்கு இதுவரை 3,687,340 தடுப்பூசிகள் ஒதுக்கீடு...

தமிழகம் முழுவதும் மாவட்ட வாரியாக வழங்கப்பட்ட தடுப்பூசிகளின் விவரம் மற்றும் மாவட்ட வாரியாக தடுப்பூசிகள் செலுத்தப்பட்ட விவரம் தமிழக அரசு சார்பில் நேற்றிரவு வெளியிடப்பட்டுள்ளது.

அதன்படி சென்னை மாவட்டத்திற்கு இதுவரை மொத்தமாக 3,687,340 டோஸ் கொரோனா தடுப்பூசிகள் வழங்கப்பட்டதாகவும், அதில் இம்மாதம் 16-ஆம் தேதி வரை



3,514,174 டோஸ் தடுப்பூசிகள், அதாவது 95% தடுப்பூசிகள் செலுத்தப்பட்டுள்ளதாகவும் தகவல் தெரிவிக்கப்பட்டுள்ளது.

விஜயநகர் நலவாழ்வு சங்கம் சார்பாக நடைபெற்ற 75வது சுதந்திர தின விழா...

நாடு முழுவதும் சுதந்திர தினக் கொண்டாட்டங்கள் மிகச் சிறப்பாக நடைபெற்றது. அதிலும் இந்தியாவின் 75வது ஆண்டு சுதந்திர தினம் என்பது கூடுதல் சிறப்பை ஏற்படுத்தி தந்துள்ளது. நாட்டின் சுதந்திர போராட்ட வீரர்களையும், அவர்கள் செய்த தியாகங்களையும் நினைவு கூற வேண்டியது நமது கடமை. அதே சமயம் தேசியக் கொடிக்கு நாம் அளிக்கும் மரியாதையை செவ்வனே நிறைவேற்றுவது அவசியம்.

அந்த வகையில் நமது வேளச்சேரி விஜயநகர் நலவாழ்வு சங்கம் சார்பாக 75வது சுதந்திர தின விழா மிக சிறப்பாக நடைபெற்றது. இவ்விழாவில் சிறப்பு விருந்தினர்கள் திரு. ரங்கநாதன்., EB..AD அவர்கள் மற்றும் திருமதி. பிரபாபத்மநாபன் திரு. வீரபத்திரன்., CI., திருமதி. விஜயலட்சுமி ரேஷன் கடை பொறுப்பு அதிகாரி ஆகியவர்கள் கலந்து கொண்டு இவ்விழாவை சிறப்பித்தனர்.



பின்பு நமது சிறப்பு விருந்தினர் திரு.ரங்கநாதன்., EB..AD அவர்கள் தேசியக்கொடி ஏற்றினார்.

பின்னர் வேளச்சேரி விஜயநகரில் சிறப்பாக பணியாற்றி வரும் அரசு ஊழியர்களை கௌரவப்படுத்தி அவர்களை பாராட்டி பரிசுகள் வழங்கப்பட்டது. திரு.பாபு (E.B), திரு. சுதாகர் (போஸ்ட்மேன்),

திரு. வாசு மற்றும் திரு. சிவக்குமார் (மெட்ரோவாட்டர்), திரு. விஜய், திரு. தமிழரசு மற்றும் திரு. வினோத் (தூய்மைப்பணி பொறுப்பாளர்கள்) ஆகியோர்க்கு சிறப்பு பரிசுகள் வழங்கப்பட்டது.

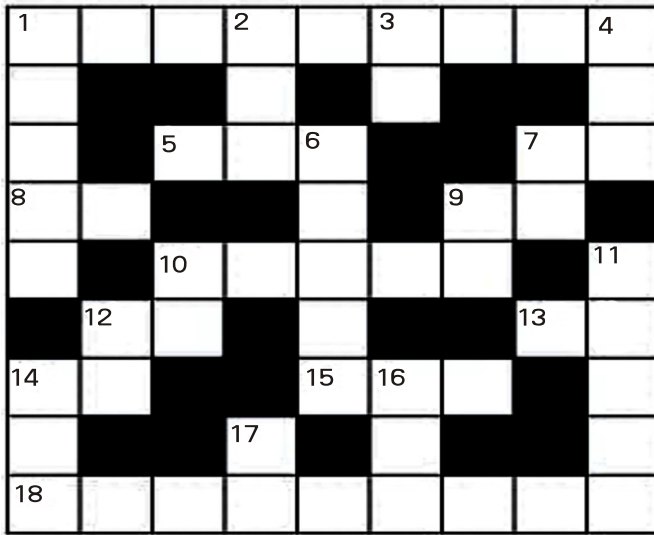
இவ்விழாவை முதலில் தலைவர் திரு. பட்டாபிராமன் ஐயா அவர்கள் துவக்கி வைத்து சிறப்புரை ஆற்றினார்கள். விழாவின் இறுதியில் செயலாளர் நன்றி உரை ஆற்றினார்கள்.



சென்னையில் தங்கம் மற்றும் வெள்ளி விலை நிலவரம்

தங்கம் விலை -	22 கேரட்	24 கேரட்
1 கிராம்	₹ 4,465	₹ 4,871
8 கிராம்	₹ 35,720	₹ 38,968
வெள்ளி விலை -	1 கிராம்	₹ 66.60
1 கிலோ	₹ 66,600	

குறுக்கெழுத்துப் புதிர்



இடமிருந்து வலம்:

1. விலங்குகளிலேயே மிக உயரமானது (9)
5. இது சிறுத்தாலும் காரம் குறையாது (3)
7. நெல் போன்ற தானியங்களை மூடியிருக்கும் தோல் (2)
8. பழத்தை இப்படியும் சொல்லலாம் (2)
9. தசை - வேறு சொல் (2)
10. தானே இயங்குவதை இப்படிச் சொல்லலாம் (5)
12. ஏவாள் என்பதற்குள் இருக்கும் அரசர்களுக்குப் பிடித்த ஆயுதம் (2)
13. மலை (2)
14. கூப்பிடு எனப் பொருள் தரும் (2)
15. இன்பம் (3)
18. ஒரு கையால் எழுதிக் கொண்டே மறுகையால் ஓவியம் தீட்டும் திறமை பெற்ற புகழ்பெற்ற ஓவியர்(9)

மேலிருந்து கீழ்:

1. விழுப்பம் தரலான் (5)
2. அழுக்கு, மாசு என்பதைக் குறிக்கும் சொல் (3)
3. இந்த மன்னனை நினைத்தால் புறா நினைவுக்கு வரும் (2)
4. நோய்களைப் பரப்புவது (3)
6. மக்களாட்சி (5)
7. அடி- உதவுவது போல் அண்ணன் தம்பிகள் கூட உதவ மாட்டார்களாம் (2)
8. வேற்று மொழியில் ஓட்ட உதவும் (2)
10. பேப்பர், பாதம் (2)
11. மலர். "வாட்சி" "வாட்சி" (5)
12. முக்கனியில் ஒன்று (2)
14. இரவில் மலர்வது (3)
16. கால் இல்லா கானடா ராகத்தில் மறைந்திருக்கும் நாடு (3)
17. திருவாரூர் இதற்குப் பெயர் பெற்றது (2)

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

Publisher : R. Rajesh
Editor : Saranya Rajesh
Marketing Executive : M.C. Rajan
Journalist : P. Praveen
Designer : S. Aswini

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.

Entertainment Corner

தமிழோடு! விளையாடு!

வார்த்தை தேடு

கட்டத்தில் உள்ள எழுத்துக்களில் 10 மாநில தலைநகரத்தின் பெயர்களை கண்டுபிடிங்கள்.

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

சென்ற வார வார்த்தை தேடு விளையாட்டிற்கான விடைகள் 10 விண்வெளி பெயர்கள்

அ	ஆ	யு	ஈ	இ	ஐ	எ	ஊ	ஏ	ஏ
வி	பா	ரே	ஒ	எ	ஒள	ஐ	ஒள	ச	
யா	ல்	ன	ஆ	வெ	ள்	ளி	ஒ	ஈ	ந்
ழ	வ	ஸ்	ஆ	ஒ	யா	மி	வு	அ	தி
ன்	ழி	ஏ	உ	ன்	ய	ரி	கு	ஒ	ர
எ	உ	செ	வ்	வா	ய்	டோ	உ	இ	ன்
ஏ	ஏ	ஒ	ஊ	ன்	த	பு	ட்	ஈ	உ
நெ	ப்	டீ	யு	ன்	ஏ	ஒ	ஒ	ளு	ஒள
வ	ட்	ட	பா	தை	உ	ஈ	ஒள	ஏ	பு
தீ	ர்	க்	க	ம்	ஐ	ஊ	ஏ	இ	ஐ

சென்ற வார குறுக்கெழுத்து விளையாட்டிற்கான விடைகள்

இடமிருந்து வலம்: 1. லாரியஸ் விருது 3. துடு 4. கூர்க்கா
 5. காவேரி 7. சிக்கிம் 9. ஆஸ்திரேலியா
 11. தாலாட்டு 12. சாகித்ய அகாடமி 13. மருதம்
 14. தம்பட்டம்

மேலிருந்து கீழ்: 1. லாகூர் 2. விவேகம் 3. தும்பைப்பூ 4. கூர்ம
 6. லிபர்டி 8. கிரேதா 9. ஆச்சா 10. திபெத்
 12. சாம

அறுகவை சமையல்

நார்த்தங்காய் வெல்ல பச்சடி

தேவையான பொருள்கள்:

- நார்த்தங்காய் - 2
 வெல்லம் - 100 கிராம்
 பொடியாக நறுக்கிய இஞ்சி - அரை கப்
 பொடியாக நறுக்கிய பச்சையினகாய் - 4
 புளி - 1 நெல்லிக்காய் அளவு
 நல்லெண்ணெய் - 1 சின்ன குழிகரண்டி அளவு
 கருவேப்பிலை, கடுகு, வெந்தயம் - தாளிக்க
 மல்லிதூள் - 2 ஸ்பூன்
 மிளகாய் தூள் - 1 ஸ்பூன்
 மஞ்சள் தூள் - அரை ஸ்பூன்
 உப்பு - 5 தேக்கரண்டி

செய்முறை:

❖ நார்த்தங்காயை சிறியதாக வெட்டி வைத்துக் கொள்ளவும். அடுப்பில் குக்கர் வைத்து காய்ந்ததும் எண்ணெய் விட்டு பின்பு பச்சையினகாய், இஞ்சி போட்டு 2 நிமிடங்கள் நன்றாக வதக்க வேண்டும்.

❖ அதன் பின் வெட்டி வைத்துள்ள காயை போட்டு 5 நிமிடம் வதக்க வேண்டும்.

❖ பின் அதனுடன் அனைத்து தூள்கள் மற்றும் தேவையான அளவு உப்பு சேர்த்து 5 நிமிடம் வதக்கி அதனுடன் புளித்தண்ணீர் சேர்த்து கொதிக்க வைத்து குக்கரை மூடி 2 விசில் விட்டு இறக்கவும்.

❖ பின்பு வெல்லத்தை பொடித்து போட்டு 20 நிமிடம் நன்றாக கொதித்து கெட்டியான பின் இறக்கவும்.

❖ சுவையான நார்த்தங்காய் வெல்ல பச்சடி ரெடி. ஒரு வாரம் வரை கெட்டு போகாமல் இருக்கும்.

எக்ஸ்பிரஸ்

ஜோக்ஸ்.....



ஆசிரியர் : ஏன்டா இங்க ஒரு பொண்ணு 98 மார்க் எடுத்துட்டு அழுவது நீ என்னடானா 13 மார்க் எடுத்துட்டு சந்தோஷமா சிரிக்கிற...?

மாணவன் : சார் நான் இந்த 13 மார்கையே எப்படி எடுத்தேன்னு தெரியல...

ஆசிரியர் : டேய் தம்பி நீ வீட்டு பாடம் செஞ்சிடயா...?

மாணவன் : சார் நான் ஹாஸ்டல் ஸ்டூடென்ட் அதான் பன்னல...

ஆசிரியர் : அறிவ பெருக்குங்கடா அப்ப தான் வாழ்க்கை முன்னுக்கு வரமுடியும்.

மாணவன் : சார் அறிவ பெருக்க சொல்றீங்க அத எத்தனையால பெருக்கனும்னு சொல்லவே மாட்றீங்களே சார்...

விடுகதை விளையாட்டு

1. கோட்டைக்குள் உள்ள வெள்ளைக்காரர்கள் வயதானால் வெளியேறி விடுவார்கள். - அது என்ன?
2. தண்ணீரிலே கண்ணீருடன் காத்திருக்கும், கதிரவன் வரவு கண்டால் முகம் மலர்ந்து விடும். - அது என்ன?
3. புதரின் நடுவே பொன் போலப் பூத்திருக்கும், பொய் சொன்ன பூ என்று புராணக்கதை கூறும். - அது என்ன?
4. பாலாற்றின் நடுவே கறுப்பு மீன் தெரியுது. - அது என்ன?
5. அடர்ந்த காட்டின் நடுவே ஒரு பாறை - அது என்ன?

சென்ற வார விடுகதை விளையாட்டிற்கான விடைகள்

1. ஊசி நூல் 2. இலவம் பஞ்சு 3. காகம் 4. யானை 5. சர்க்கஸ் கோமாளி

சுடோக்கு விளையாட்டு

கட்டத்தில் உள்ள எண்களுக்கு ஏற்ப சரியான விடையை கண்டுபிடிங்கள்.

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

சென்ற வார சுடோக்கு விளையாட்டிற்கான விடை

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

நீகழ்வே



பசுமைகள்

மரம், செடிகள்

பசுக்கள்

கன்றுகள்

பைரவர்

நாய் குட்டிகள்

பறவைகள்

அனைத்தும்

பாமர

மனிதர்கள்

இவை அனைத்திற்கும் தங்களால்

முடிந்த வரை உணவு

மற்றும் தண்ணீர் கொடுங்கள்

ஹர ஹர சங்கர

ஜெய ஜெய சங்கர

நாடி ஜோதிடம்

Naadi Jothidam - The Absolute Truth

திரு. டாக்டர். நடனசிவன்

வைதீஸ்வரன் கோவில் வள்ளுவன் வகையறா

வானுவம்பேட்டை

(அம்மா உணவகம் அருகில்)

ஆதம்பாக்கம்

(DAV ஸ்கூல் அருகில்)

For more reviews and know about us visit: www.sriagasthiyarnaadi.com

சென்னையில்
27 வருடமாக
சேவை

For More reviews and know about us visit:

SRI AGASTHIYAR NAADI JOTHIDAM NILAYAM

Vanuvampet - Adambakkam

9444051561

9444786561

AMMA'S KAIMANAM

AUTHENTIC CHETTINAD NAATTAR / TAMBRAHM VEETU SAAPARU

செட்டிநாடு நாட்டார் / தமிழ் பிராமண வீட்டு சாப்பாடு

Come and dine at 2, 5th Main Road,
Dhandeeswaram Nagar, Velachery, Chennai 42



FSSAI 12421002000106

7358121719

7358254719

8939881582

DOOR DELIVERY

PARTY/FUNCTION/

FESTIVAL BULK

CATERING ORDERS

Contd...Pg.No.3