



Multi Speciality Since 1987

A1, Srinivasapuram, ECR,  
Thiruvanmiyur,  
Chennai - 600 041.Contact  
044-43090397

# EXPRESS VELACHERY

Neighbourhood Newspaper - Weekly

Free Circulation

நாவில் நடனமாடும்  
சுவைக்கு

GANGA SWEETS

PURE GHEE  
SWEETSContact  
4264 5911 / 2615 4635

VOL - 4 ISSUE - 8

Editorial : 044-42077328 / 7305837388

## கோர்ட் சாட்டையடி: வேளச்சேரி நீர்வழித்தட ஆக்கிரமிப்புகள் மீட்பு...



சென்னை: வேளச்சேரி நீர்வழித்தட ஆக்கிரமிப்பு வழக்கில், சென்னை உயர் நீதிமன்றம் பிறப்பித்த உத்தரவுப்படி, வேளச்சேரியில் நீர்வழித்தடங்களில் உள்ள ஆக்கிரமிப்பு கட்டடங்களை இடித்து இடத்தை மீட்டெடுக்க, வருவாய்த்துறை முடிவு செய்துள்ளது.

வேளச்சேரி - பெருங்குடி இடையேயான, 2.5 கி.மீ., ரயில்வே சாலையில், 150 அடி அகல நீர்வழி பாதை உள்ளது. வேளச்சேரி, தரமணி, கல்லக்குட்டை, பெருங்குடி, ஐ.ஐ.டி., உள்ளிட்ட பகுதியில் இருந்து வரும் மழை நீர், இந்த நீர்வழி பாதை வழியாக சதுப்பு நிலத்தை அடையும்.

ரயில்வே சாலையின் வடக்கு பகுதியில், வேளச்சேரி மற்றும் சோழிங்கநல்லூர் தாலுகாவுக்கு உட்பட்ட, 316, 317, 656, 658 உள்ளிட்ட சர்வே எண்களில், பட்டா மற்றும் அரசு இடங்கள் உள்ளன. ரயில்வேக்கு ஒதுக்கப்பட்ட அரசு இடங்கள், நீர்வழி பாதையில் உள்ளன. இதே நீர்வழி பாதையில், 10 ஏக்கருக்கு மேல் ஆக்கிரமிப்பாளர்கள் பிடியில் சிக்கி உள்ளது. இதனால், நீர்வழி பாதையில் மழை நீர் செல்வது தடைபட்டது.

கடந்த 1ம் தேதி வழக்கு விசாரணைக்கு வந்த போது, அரசு தரப்பில் அறிக்கை தாக்கல் செய்ய அவகாசம் கோரப்பட்டது. அறிக்கை தாக்கல் செய்யாத அதிகாரிகளுக்கு, 25 ஆயிரம் ரூபாய் அபராதம் விதித்து நீதிமன்றம் உத்தரவிட்டது. இதையடுத்து, நீர்வழித்தடத்தில் உள்ள ஆக்கிரமிப்பு கட்டடங்களின் எண்ணிக்கை ஆய்வு செய்யப்பட்டன. சர்வே எல்லை அடிப்படையில் அளக்கப்பட்டன. இந்த பணி, இரண்டு நாட்கள் நடைபெற உள்ளது. வரும் 10ம் தேதிக்குள், ஆக்கிரமிப்புகள் அகற்றப்படும் என எதிர்பார்க்கப்படுகிறது.

## விநாயகருடன் தங்கக்கட்டி வெளியிட்ட பிரிட்டன் அரசு...



பிரிட்டனைச் சேர்ந்த "ராயல் மின்ட்" நிறுவனம் விநாயகர் சதுர்த்தியை முன்னிட்டு விநாயகர் உருவத்துடன் தங்கக் கட்டியை தயாரித்துள்ளது.

ஐரோப்பாவில் பிரிட்டன் அரசு அரண்மனையைச் சேர்ந்த ராயல் மின்ட் நிறுவனம் கடந்த ஆண்டு தீபாவளிக்கு மகாலட்சுமி உருவத்துடன் தங்கக் கட்டியை வெளியிட்டது. அதுபோல ஆக 31ம் தேதி கொண்டாடப்படும் விநாயகர் சதுர்த்தியை முன்னிட்டு விநாயகர் உருவத்துடன் தங்கக் கட்டியை தயாரித்துள்ளது. 24 காரட் சுத்தமான தங்கத்தில் செய்யப்பட்ட இந்த தங்க கட்டியின் எடை 20 கிராம். இதன் விலை ஒரு லட்சத்து 6543 ரூபாய் என

நிர்ணயிக்கப்பட்டுள்ளது.

வலைதளம் வாயிலாக தங்கக் கட்டிக்கு பணம் செலுத்தி பெற்றுக் கொள்ளலாம் என தெரிவிக்கப்பட்டுள்ளது. மகாலட்சுமி உருவம் பொறித்த தங்கக் கட்டியை வடிவமைத்த எம்மா நோபல் என்பவர் தான் விநாயகர் உருவத்துடன் கூடிய தங்கக் கட்டியை வடிவமைத்துள்ளார். வேல்ஸ் பிராந்தியத்தின் ஸ்ரீ சுவாமிநாராயண் கோவிலைச் சேர்ந்த நிலேஷ் கபாரியா விநாயகர் தங்க கட்டியை வடிவமைக்க உதவியுள்ளார்.

"விநாயகர் சதுர்த்தியை முன்னிட்டு விநாயகர் உருவத்துடன் தங்கக் கட்டியை வெளியிடுவதில் பெருமை கொள்கிறோம்" என ராயல்



மின்ட் வெளியிட்டுள்ள அறிக்கையில் தெரிவிக்கப்பட்டுள்ளது.

## ஸ்ரீ சிவா விஷ்ணு ஆலயத்தில் நடைபெற்ற ஆடிப்பூர விழா...



நமது வேளச்சேரி விஜயநகர் ஸ்ரீ சிவா விஷ்ணு ஆலயத்தில் 01 ஆம் தேதி அன்று ஆடிப்பூரத்தை முன்னிட்டு அன்று சிறப்பு அலங்காரத்துடன் பெருமானும் தாயாரும் ஸ்ரீ வில்லிபுத்தூர் ஆண்டாள் ரங்கமன்னாராக கிளிமூடன் சேவை மிகச் சிறப்பாக நடைபெற்றது.

திருவாடிப்பூரத்து முன்னிட்டு ஸ்ரீ மீனாக்கி மற்றும் தச பூஜ தூர்க்கை வளைமல் அலங்காரத்தில் அருள்புரியும் காட்சிகள் அன்றைய தினம் சிவா விஷ்ணு ஆலயத்தில் சிறப்பாக நடைபெற்றது.

பெருமானுக்கு சூட்ட வேண்டிய மலர் மாலையை தானே சூடிக் கொண்டு அழகு பார்த்தாள் ஆண்டாள். தான் சூடிக் கொடுத்த மாலையைப் பெருமானுக்கு அளித்து வந்ததால், சூடிக் கொடுத்த கூடர்க்கொடி என்ற பெயரும் பெற்றாள். அப்போது அந்தக் கண்ணாடியில் அரங்கனாகவே தெரிந்தாள் ஆண்டாள். தானே அவனாக பாவித்து மகிழ்ந்த ஆண்டாளின் அவதார தினம் தான் ஆடிப்பூரம். அந்த அற்புதத் திருநாளை ஒட்டி நடக்கும் திருவிழாவில் ஆண்டாளை தரிசிப்போர் ஆனந்த வாழ்வு பெறுவார்கள் என்பது ஐதீகம்.



**Hale & Healthy HOSPITAL**

MULTI SPECIALITY Since 1987 & DIALYSIS UNIT

**24/7 SERVICE**

FOR APPOINTMENTS / A1, Srinivasapuram, ECR  
044-43090397 / Tiruvanmiyur, Chennai-600041  
(Easily Accessible Near Tiruvanmiyur RTO)

# CLASSIFIED

## WANTED

Front Desk Executive

(Male / Female)

Ateliers Fitness  
Velachery, Behind A2b

Contact  
**9841030772**

## Commercial Space for Rent

100m from the Main Road, Near Vijayanagar Junction & PIND Restaurant

1000 Sqft., 2 Toilets, 1 Car Parking, Security

Direct Owner:  
**+65-90117220**  
**7708622833**  
(WhatsApp)

INCOME TAX / GST RETURNS, ROC ANNUAL COMPLIANCE / COMPANY INCORP / PF-ESIC eTDS / TRADEMARK REGN / DSC

ASHARAJ BUSINESS CONSULTANTS  
CMA.T.RAJKUMAR JAIN  
**99401 11431**  
Email: cmarajkumar@gmail.com

## Commercial Space for Rent

Velachery Main Road  
Opp to Chennai Silks

850 sq. ft. New building  
Fully furnished  
Suitable for Scan Centre, Diagnostic Lab, PolyClinic

Contact  
**9841002876**

## COMPUTER SERVICES

Laptop, Peripherals through Installation, Sales, Services, Chiplevel, Virus Removal, Networking Solutions to all Hardware & Software

Contact  
**9841823435**  
**9841823436**

## BUYING

FURNITURE, ANTIQUES  
A TO Z ROSE WOOD  
Split A/c, Window A/c  
Led & Lcd TV

Computer, Laptop, Battery, Music System, Hotel Equipments.  
Two Wheeler, Four Wheeler

A TO Z  
PERUMAL  
**97105 34483**

## TMS YOGA AND ART'S CENTER

SIMPLE SOLUTION TO LEARN  
ONLINE & OFFLINE

Contact  
**9789098094**  
**8012041624**  
**9500090445**

Velachery, Madippakkam, Keelkatalai.

## Spoken English Class

ஆங்கிலம் கற்க ஆசையா?

Contact  
**9940354513**

## RENTAL

LAND BUYING, SELLING

All Kind of Building Repair Works Undertaken

Contact B. Rajendran  
**90809 94500**

## SERVICES

### Plumbing works

Contact  
Govindaswamy

**87544 09752**

## TUITION CENTRE @ Velachery

### Baby Nagar

For Students  
Till 9th Grade  
of Any Syllabus

Contact  
**909 494 7285**

## Butter Flies

Beauty Parlour & Beauty Training Institute  
(Recognised by Tamilnadu Government)

Ladies & Kids Only  
Consultant: Beauty tip & women empowerment (adviser)

No:1, MG NAGAR, ATHANUR - 603 202  
binduinno@gmail.com

**80560 87391**  
**81247 02731**

## CONSULTANT CATERING HOSPITALITY SERVICE

NFC  
NIMS FOOD CONSULTANT

E. KAMESH KUMAR<sup>IHM-MBA</sup>

Office: plot No:4, kumaran nagar, keelkatalai, chennai-600117

Adviser: K.VIJAYA KANCHANA  
MSC Food & Nutrition.

email: Nutritionnfc@gmail.com

Mobile: 9790 902400  
email: Consultantnfc@gmail.com

## Mother Land

Play School, Day Care & After School Care

No.38, 2nd Street, Tansi Nagar, Vijayanagar, (Near ICICI Bank - Royal Shoppee)  
Velachery, Chennai - 600 042.

Contact  
**72992 62185**  
**90947 52300**

## SERVICES

Plumbing, Electrical & CCTV Camara Fixing works

Contact P. Balaji

**9677409529**  
**9962242015**

## 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 விபாதிகள்
- ❖ Cholesterol, BP  
கொலஸ்ட்ரால், ரத்த கொதிப்பு
- ❖ Thyroid Problems  
தேராய்டு பிரச்சனை
- ❖ Stress, Anxiety & Sleep Disturbance  
மன அழுத்தம் & தூக்கமின்மை
- ❖ Weight Loss & Weight gain  
உடல் எடையை குறைக்க & அதிகரிக்க
- ❖ General Health  
பொது மருத்துவம்
- ❖ Infertility  
குழந்தையின்மை

## Commercial Space for Rent

650 Square feet for  
**23,000/- @ first floor**

Diya Complex,  
Vijayanagar Main Road,  
Velachery  
(Near Ananda Bhavan)

6 month rent as advance

CONTACT  
**7305837388**

## SHARAN TRAVELS

All kinds of Tourist vehicle available here

Drivers Available

Contact V. Marimuthu

**9840508030**

## WANTED

Tele Callers

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**

## NISHA YOGA & MEDITATION CENTRE VELACHERY

Online Class for Women and Kids

FOR ALL AGE CATEGORIES

CONTACT  
**89391 53560**

## DESIGNING

Tamil & English DTP designing works

Rs. 750/- only

Contact  
**7305837388**

## WANTED

LADIES TAILOR

PRASUDRA  
Boutique

No:2 LAKSHMI NAGAR,  
2nd STREET, VELACHERY

CONTACT - PREMALATHA

**4435504719**  
**8870393999**

To Advertise about Your Business  
Rental House, Buying, Selling, Services & Job Vacancy Pay  
Rs. 100/- Only

## இயற்கை முறையில் ஜாதிக்காய் சாகுபடி

பருவம்:

இதற்கு மிதமான சீதோஷ்ண நிலை தேவை. ஆனால், அதிகப் பனி கொட்டும் பகுதியில் வளராது. ஈரக்காற்று வீசும் பகுதிகளில் வளரும் தன்மை கொண்டது. அனைத்து மாதத்திலும் நடவு செய்யலாம். ஆனாலும் கார்த்திகை மாதம் நடவு செய்ய சிறப்பானது. மண்:

களிமண் கலந்த இருமண்பாடு நிலத்தில் நன்கு வளரும் தன்மை கொண்டது. மண்ணின் கார அமிலத்தன்மை 4.5 முதல் 7.5 வரை இருக்க வேண்டும்.

நிலம் தயாரித்தல்:

நிலத்தை நன்கு 2முது 2 அடி நீள அகல ஆழத்தில், குழிகள் எடுத்து ஒவ்வொரு குழியிலும் 2 கிலோ சாணம், 100 கிராம் வேப்பம் புண்ணாக்கு ஆகியவற்றை மண்ணுடன் கலந்து இட்டு நிரப்ப வேண்டும்.

ஜாதிக்காய் மரங்களை சமவெளிப் பகுதிகளில் பயிரிட விரும்புவோர் தென்னைக்கு 2ஊடுபயிராக பயிரிட வேண்டும். ஏனெனில் ஜாதிக்காய்

மரங்களுக்கு நிழற்பாங்கான சூழல் அவசியம்.

விதை:

விதைகள் மூலம் வளர்ந்த செடிகள் அல்லது ஒட்டுக்கன்றுகள் மூலம் நடவு செய்யப்படுகிறது.

விதைத்தல்:

தயார் செய்துள்ள குழிகளில் கன்றுகளை குழியின் மையத்தில் நடவு செய்ய வேண்டும்.

நீர் நிர்வாகம்:

கன்றுகளை நட்டவுடன் நீர் பாய்ச்ச வேண்டும். பின்பு 4 நாட்களுக்கு ஒரு முறை தண்ணீர் பாய்ச்சினால் போதுமானது.

உரங்கள்:

பொட்டாசியம், யூரியா, வேப்பம் புண்ணாக்கு ஆகியவற்றை கலந்து செடி ஒன்றிற்கு 20 கிலோ என்ற அளவில் மூன்று முறை கொடுக்க வேண்டும் அல்லது ஆண்டுக்கு இரண்டு முறை, அடியுரமாக 30 கிலோ ஊட்டமேற்றிய தொழுவரம் கொடுக்க வேண்டும்.

பாதுகாப்பு முறைகள்:-

களை நிர்வாகம்:

செடிகள் வளரும் வரை

இல்லாமல் பராமரிக்க வேண்டும். பயிர் பாதுகாப்பு:

ஜாதிக்காய் இயல்பிலேயே அதிக நோய் எதிர்ப்புச் சக்தி கொண்டது என்பதால் நோய்த் தாக்குதல் இருக்காது.

அறுவடை:

காய்கள் வெடிக்கத் தொடங்கும் போது அறுவடை செய்ய வேண்டும். அறுவடை செய்த காய்களில் இருந்து பத்ரியை தனியாகவும், காயைத் தனியாகவும் பிரித்தெடுக்க வேண்டும். பத்ரியை நிழலிலும், காயை வெயிலிலும் காய வைத்து சேமித்து, தேவைக்கு ஏற்ப விற்பனை செய்யலாம்.

மகசூல்:

10 வயதான ஒரு மரத்தில் இருந்து சராசரியாக 10 கிலோ ஜாதிக்காயும், 2 கிலோ பத்ரியும் கிடைக்கும்.

ஊடுபயிர்:

தென்னை மற்றும் ஜாதிக்காய் ஆகியவற்றை கலப்பு பயிராக பயிரிடலாம்.

பயன்கள்:

ஜாதிக்காய் பாதியளவு உடைத்து ஒரு டம்ளர் நீரில் போட்டுக் காய்ச்சி அதில் ஒரு

அவுன்ஸ் தண்ணீர் வீதம் கலந்து குடிக்க காலரா முதலிய வாந்தி பேதி நோய்களுக்குச் சிறந்த மருந்தாகும்.

முதியோர்களின் மூட்டு வலி, தசை வலி போன்ற பிரச்சனைகளை நீக்குவதற்கு, ஜாதிக்காய் எண்ணெயை பயன்படுத்தலாம்.

ஜாதிக்காயை தூளாக அரைத்து அன்றாட உணவில் சேர்த்துக் கொண்டால், உடல் சூடு குறைவதோடு நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அதிகரிக்கிறது.

ஜாதிக்காய் பொடியை பாலில் கலந்து குடித்தால், நன்றாக உறக்கம் வரும். மூளையின் செயல்பாட்டை தூண்டுகிறது.

முகத்தில் ஏற்படும், பருக்கள், கிருமிகளை அறவே போக்கும் தன்மை இதற்கு உண்டு.

ஜாதிக்காய் பொடியுடன் தயிர் சேர்த்து முகத்தில் தடவினால், கிருமிகளை முழுமையாக நீக்கிவிடும்.

ஜாதிக்காய் பொடியை இ அன்றாடம் தலைக்கு பயன்படுத்தும் எண்ணெயில் கலந்து தேய்த்து வந்தால், பொருகு தொல்லை நீங்கும்.

## அழகு குறிப்பு

### முகம் தகதகன்னு ஜொலிக்க...

தேவையான பொருள்கள்:-

- ❖ சந்தனம் பொடி - அரை டம்ளர்
- ❖ கஸ்தூரி மஞ்சள் - 1 தேக்கரண்டி
- ❖ கோரைக்கிழங்கு - 50 கிராம்,
- ❖ மகிழம்பு பொடி - 50 கிராம்.
- ❖ வெந்தயம் - 25 கிராம்
- ❖ உலர்ந்த பன்னீர் இதழ் - மூன்று டம்ளர்
- ❖ பாசிப்பயறு - ஒரு டம்ளர்



தயாரிக்கும் முறை:-

- ♦ முதலில் இவை அனைத்தையும் தனித்தனியாக நிழலில் உலர்த்தி மிக்ஸியில் அரைத்து பாட்டிலில் வைத்து கொள்ளுங்கள்.
- ♦ தினமும் குளிக்கும் போது இந்த பொடியுடன் எலுமிச்சை, கற்றாழை, பால், தயிர், தண்ணீர் என்று ஏதாவது ஒன்றை சேர்த்து முகத்துக்கு பயன்படுத்துங்கள்.
- ♦ இந்தப் பொடியை /பேஸ் பேக் போன்றும் பயன்படுத்தலாம்.
- ♦ பனிக்காலம், கோடைக்காலம், மழைக்காலம் என எல்லா காலங்களிலும் இதை பயன்படுத்தலாம்.
- ♦ சிறு பிள்ளைகள் முதல் ஆண், பெண் அனைவரும் இந்தப் பொடியைப் பயன்படுத்தலாம்.

குறிப்பு:-

- ♦ ஆண்கள் பயன்படுத்துவதாக இருந்தால் கஸ்தூரி மஞ்சள் சேர்க்காமல் பொடியை அரைத்து பயன்படுத்தலாம்.
- ♦ இந்த பொடியைப் பயன்படுத்தும்போது சோப்பு மற்றும் க்ரீம் வகைகளைப் பயன்படுத்துவதைத் தவிர்த்தால் பலன் தெரியும்.

யோன்மொழி:-

உடல்நலமும் புரிந்துகொள்தலும் வாழ்கையின் இரு பெரும் பேறுகள்.  
Health and understanding are two great blessings of life .

## சென்னையில் தங்கம் மற்றும் வெள்ளி விலை நிலவரம்

தங்கம் விலை - 22 கேரட்	24 கேரட்
1 கிராம் ₹ 4865	1 கிராம் ₹ 5267
8 கிராம் ₹ 38920	8 கிராம் ₹ 42136

வெள்ளி விலை - 1 கிராம் ₹ 63.60  
1 கிலோ ₹ 63600

## சென்னையில் பெட்ரோல், டீசல் விலை நிலவரம்

	
பெட்ரோல் விலை விலை 1 லிட்டர் ₹ 102.75	டீசல் விலை விலை 1 லிட்டர் ₹ 94.34

## அருள்மிகு விஸ்வேஸ்வரர் திருக்கோயில், கோயம்புத்தூர்...



இத்தலம் சுமார் 1000 ஆண்டுகள் தொன்மை வாய்ந்தது. ஆதியில் கோவை நகரை மைசூர் மன்னர்கள் ஆட்சி புரிந்து வந்தனர். கோவையை ஒட்டி உள்ள பகுதியை மருதைய்ய யதார்த்தி, வீரப்ப யதார்த்தி என்ற இரு சகோதரர்கள் ஆண்டு வந்தனர். வண்டிப் பேட்டை பகுதியில் காசி நர்மதை நதியிலிருந்து கொண்டு வரப்பட்ட பாணத்தை ஆவடையாருடன் இணைத்து பிரதிஷ்டை செய்யப்பட்ட சிவலிங்கம் விஸ்வேஸ்வரர் எனும் திருநாமத்தில் விளங்குகின்றார். ஈசன் சகோதரர்கள் கனவில் தோன்றி தனக்கு ஒரு சன்னதி அமைத்துத் தருமாறு கேட்டுக் கொண்டார்.

அதே நேரம் சிவ பக்தரான "சிவதீர்த்தர்" என்பவர் மூலம் சுவாமியின் ஆற்றலையும் மகிமையினையும் கேட்டு அறிந்தார். யதார்த்தி சகோதரர்கள் இருவரும் இத்தலத்திற்கு வருகை புரிந்து ஈசனை தொழுதனர். ஈசன் கேட்டுக் கொண்டதற்கு இணங்க விஸ்வேஸ்வரருக்கும் அம்பாளுக்கும் கருங்கல் திருப்பணிக்கு ஏற்பாடு செய்து பெரிய திருக்கோயிலை நிறுவினர். மக்கள் பெரும் அளவில் வந்து வழிபட வழிவகுத்தனர்.

பல நூற்றாண்டுகளுக்கு பின் கோவை நகரை மாதைய்யன் என்பவர் ஆட்சி புரிந்தார். இவர் காலத்தில் கோவிலைச் சுற்றி வீதிகள் அமைக்கப்பட்டன. 17ம் நூற்றாண்டில் மைசூர் மன்னர் சிக்க தேவராயாவின் கோயம்புத்தூர் பிரதிநிதியாக மாதே ராஜா இருந்தார். கோவை நகரின் முக்கிய சாலையில் அவருடைய

அரண்மனை அமைந்திருந்தது. எனவே அச்சாலை "மாதே ராஜ மஹால் தெரு" என்ற பெயரைப் பெற்றது. காலப் பொக்கில் "ராஜவீதி" என வழங்கப்பட்டு அப்பெயரே நிலைத்தும் விட்டது.

ராஜவீதியின் மிக அருகேதான் இக்கோயில் அமைந்துள்ளது. மாதே ராஜ ஆட்சிக் காலத்தில் தொடர்ந்து திருப்பணிகளை மேற்கொண்டதுடன் தவறாமல் வழிபாடும் செய்து வந்தார். இவ்வாறாக பல்வேறு நிலைகளில் கோவையை ஆட்சி செய்த மன்னர்கள் மூலம் கோயில் விரிவாக்கம் கண்டது. கோயில் நிர்மாணித்து நூண்ட வருடங்கள் ஆன நிலையில், கட்டிடங்கள் சிதைந்து பழுதடைந்து விட்டது. சுமார் 24 ஆண்டுகளுக்கு முன் புனரமைத்து கும்பாபிஷேகம் நடத்த திட்டமிட்டனர்.

முதலில் கோயில் கட்டிய போது அமைத்திருந்த மேல் தளம் "மெட்ராஸ் டெரஸ்" என்ற வகையாகும் அத்தளத்தைப் பிரித்து எடுத்து விட்டு சிமெண்ட் கான்கிரீட் கொண்டு தளம் அமைத்தனர். அத்திருப்பணி நடந்த போது ஓர் அதிசயம் நடந்தது. கீழ் தளம் அமைக்க தோண்டிய போது அங்கு தீர்த்த கிணறு இருப்பது தெரிந்தது. அக்கிணற்றில் நீர் அதிக அளவில் இருப்பது அனைவரையும் மகிழ்ச்சி கடலில் ஆழ்த்தியது. சிதிலமடைந்திருந்த உப்புற சுவற்றைச் செப்பணிட்டு, பாதுகாப்புக்காக சிமெண்டால் ஆன முடியும் அமைத்தனர். இன்று வரை இத்தீர்த்தம் தான் அபிஷேகத்திற்கு பயன்படுத்தப்பட்டு வருகின்றது.

இக்கோயில் அமைந்துள்ள பகுதி ஆதியில் வண்டிப் பேட்டையாக இருந்தது. போக்குவரத்து வசதிகள் இல்லாத காலத்தில் சுற்றுலாட்டார கிராமங்களிலிருந்து காய்கறிகள், தானியங்கள் போன்றவற்றை வண்டிகள் மூலம் கொண்டு வந்து இறக்கிவைத்த பின் மாட்டிற்கும் வண்டிக்கும் ஓய்வு கொடுப்பார்கள். இந்த இடம் தான் வண்டிப்பேட்டை என வழங்கி வந்தது. இப்பேட்டைக்கு அருகில் கோயில் அமைந்துள்ளதால் பேட்டை விஸ்வேஸ்வர சுவாமி கோயில் எனப் பெயர் பெற்றது.

இக்கோயிலில் குடிக்கொண்டுள்ள "சித்தி விநாயகர்" கண்பார்வை போன அர்ச்சகருக்கு கண்பார்வையை திரும்பக் கிடைக்கச் செய்த ஆற்றல் மிகுந்தவர். பல வருடங்களுக்கு முன் அர்ச்சகர் ஒருவர் சித்தி விநாயகர் கோயிலில் பூஜை செய்து வந்தார். தீரேன ஒரு நாள் கண்பார்வை மங்கியது. ஒரு கால கட்டத்தில் கண்பார்வை முழுதும் போய் விட்டது. தன் வாழ்க்கை வாழ்வாதாரம் ஆகியவற்றை எண்ணி நிலை குலைந்து போனார். பிரபல கண் மருத்துவரிடம் சென்று சிகிச்சை பெற்றார். பலன் இல்லை. மருத்துவரோ "தங்களுக்கு கண்பார்வை திரும்ப பெற வாய்ப்பே இல்லை. இப்படியே வாழ கற்றுக் கொள்ளுங்கள்" என அறிவுறுத்தி விட்டார்.

அர்ச்சகர் மனம் தளராமல் தினமும் கோயிலுக்கு வந்து தான் பூஜை செய்து வந்த சித்தி விநாயகர் சன்னதி முன் அமர்ந்து வேண்டிக் கொண்டே இருந்தார். தினமும் கோயிலில் "கந்த புராணம்" சொற்பொழிவு நடைபெறும். அக்காலத்தில் ஓலைச் சுவட்தான் இருந்தது. கந்த புராணமும் ஓலைச் சுவடி வடிவில்தான் இருந்தது. தான் நினைத்த காரியம் கை கூடுமா? என ஏட்டில் நூல் போட்டு பார்ப்பார்கள். ஏட்டினை ஒருவர் கையில் பிடித்த நிலையில், காரியத்தை நினைத்தவர் நூலின் இருமுனைகளையும் பிடித்துக் கொண்டு ஏட்டின் பக்கவாட்டில் சொருகுவார். பின் அப்பக்கத்தை திறந்து படித்துப் பலன் சொல்வார்கள். அர்ச்சகர் அவ்வாறு நூல் போட்டு பார்த்ததில் "அனந்தனுக்கு சாபம் நீங்கு படலம்" வந்தது. திருமால் ஒரு சமயம் அம்மையின் சாபத்தால் பாம்பு வடிவம் பெற்றார். ஆலங்காட்டில் ஓர்

ஆலமா பொந்தில் தவம் புரிந்து கொண்டிருந்தார்.

விநாயகப் பெருமான் திருசெங்கோட்டுக் கணபதிச்சுரத்தை விட்டு தேவர்களுடன் ஆலங்காட்டை அடைந்தார். விநாயகரைக் கண்டவுடன் பாம்பு வடிவில் இருந்த திருமால் வணங்கித் துதித்தார். விநாயகருடைய அருட்கருணையினால் பாம்பு வடிவம் நீங்கி தம் பழைய வடிவத்தைப் பெற்றார். மகிழ்ச்சியுடன் விநாயகப் பெருமானுக்கு அபிஷேக ஆராதனைகள் செய்து வழிபட்டார். அப்படி வழிபட்ட நாள் மார்கழி மாதம் சுகல் பட்சத்து சஷ்டியாகும். அன்று விநாயகப் பெருமானை வழிபட்டோர் வாழ்வில் எல்லா நலன்களும் எய்துமாறு திருமால் விநாயகரிடம் வரம் பெற்றார்.

இதைப் படிக்க கேட்ட அர்ச்சகருக்கு ஓர் உத்வேகம் பிறந்தது. தானும் அவ்வாறே அந்த நாளில் விரதம் இருந்து தொழு முடிவெடுத்தார். மேலும் சித்தி விநாயகர் தனக்கு கண்பார்வை திரும்ப கிடைக்கச் செய்வார் என மன உறுதியுடன் இருந்தார். இரண்டு மார்கழியில் வணங்கியதன் பலனாக தான் இழந்த பார்வையைத் திரும்ப பெற்றார். சுமார் 90 வருடங்களாக இப்பூஜை நடந்து வருகிறது. நர்மதை நதியிலிருந்து கொண்டு வந்த பாணலிங்கம் சுயம்புக்கு அடுத்த நிலை ஆற்றல் வாய்ந்தது.

பிரார்த்தனைகள்: நல்ல ஆரோக்கியம் கிடைக்க, திருமணத்தடை நீங்க, எதிரிகள் பயம் நீங்க, புத்திர பாக்கியம் பெற, நாள்பட்ட வியாதிகள் குணமாக இங்கு பிரார்த்தனை செய்யப்படுகிறது. நேர்த்திக்கடன்: மிருதஞ்சைய ஜபம் ஆயுள் ஹோமம் ஈசனுக்கு செய்து வழிபட நல்ல ஆரோக்கியம் கிடைக்கின்றதாம். திருமண தடை நீங்க அம்பாளுக்கு சுயம்வர பார்வதி ஜபம், அர்ச்சனை என பூஜைகள் செய்து பலன் பெற்று வருகின்றனர்.



[33]

## திருக்குறள்

ஒல்லும் வகையான் அறவினை ஓவாதே  
செல்லும்வாய் எல்லாஞ் செயல்.

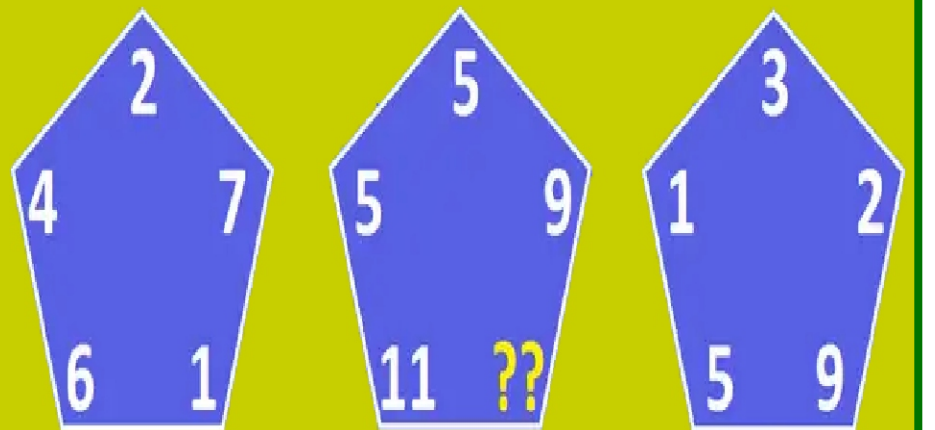
Perform good deeds as much you can  
Always and everywhere, o man!



## Mehndi Design

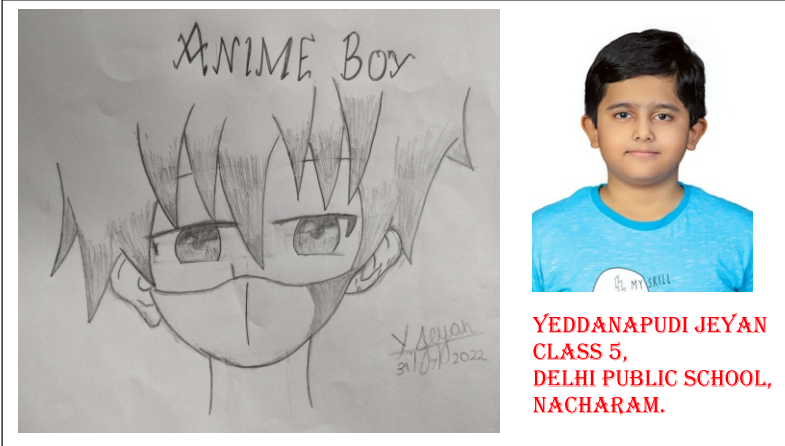


## Find the Missing Number ?

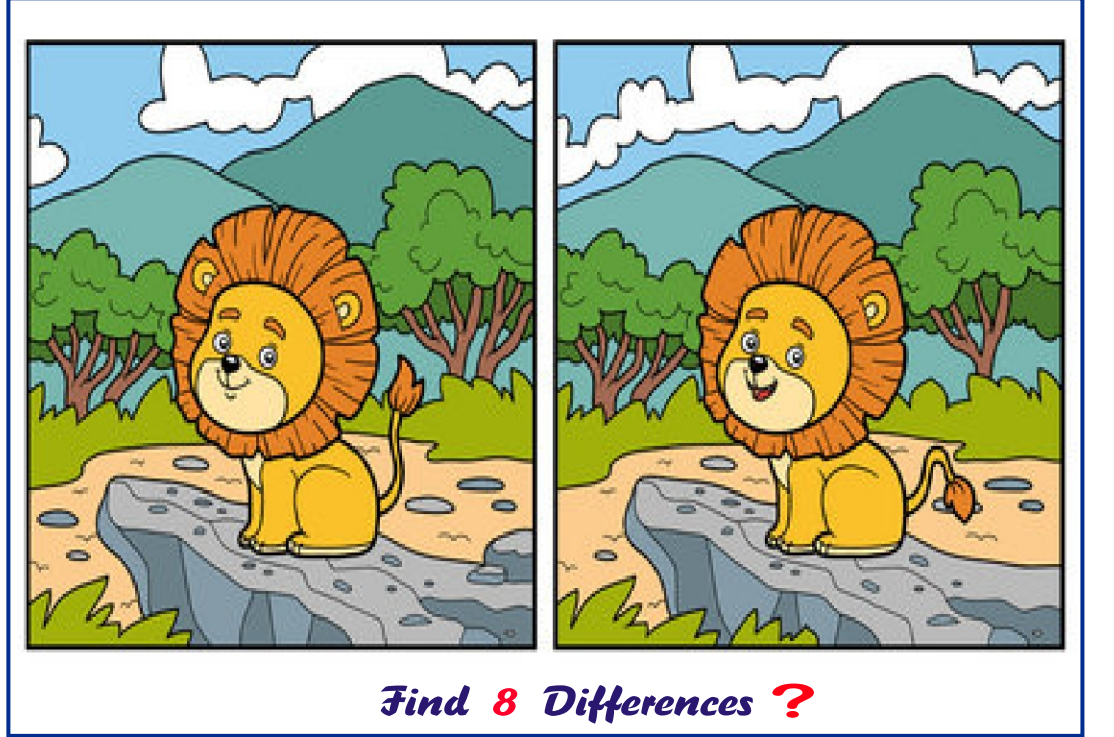


## Chutties Corner

### தனித்திறமை பகுதி



படத்தில் உள்ள 8 வித்தியசங்களை கண்டுபிடிங்கள்...!



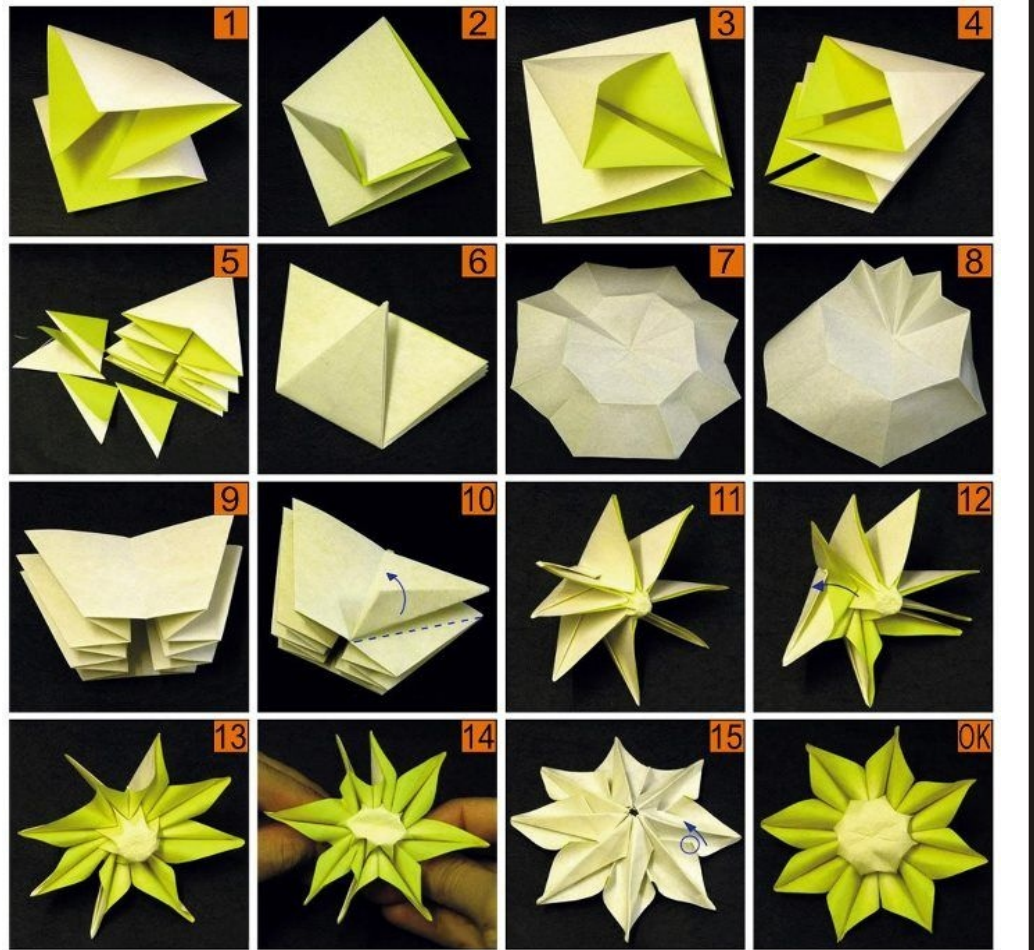
### Rainbow Row

I'm great' said Mr. Red,  
Holding high his head.  
Said Mr. Orange, 'Not you',  
And that is my view.  
Cried loud Mr. Yellow, 'Then who?',  
May be it's me, he started to coo.  
Joined this gibberish conversation in  
between  
How can you decide?', burst out Mr.  
Green,  
That's so mean', said Mr. Blue,  
With a nose that had flu.  
Ha! Ha! laughed Mr. Indigo,  
And said, ' So, why this unnecessary row?  
'That's not true', joined Mr. Violet,  
Said, 'Now this makes me upset'.  
Continued for long their foolish fight,  
Till it was dark in the night.  
Shone bright in the sky Mr. un, And  
suddenly the rain begun, Merging all of  
them into one.  
Learnt a lesson did they,  
For a life that day,  
Together they need to stay.  
A ray of light splits into seven,  
Making a bow that stretches right from the  
heaven,  
Spreading happiness every now and  
then.



Dr. Mrs. Y. Deepika,  
M.Sc, Ph.D,  
Delhi Public School,  
Nacharam,  
Telangana, India.

### HAND CRAFT



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.

## ஆன்மீக தகவல்

கடன் பிரச்சனைகள் நீங்கி நிம்மதியாக வாழ கூற வேண்டிய மந்திரம்...

நம் வாழ்க்கையில் எவ்வித கடன் தொல்லையும் இல்லாமல், நிம்மதியாகவும், உடல் ஆரோக்கியத்துடனும் வாழ வேண்டுமென்றால், கீழுள்ள நரசிம்ம ஸ்லோகத்தை கூறி பூஜை செய்ய வேண்டும். இவ்வாறு செய்வதன் மூலம் எவ்வித பிரச்சனையும் இல்லாமல், நிம்மதியாக வாழலாம்.



ப்ரத்யாதிஷ்ட புராதன ப்ரஹ்மண  
க்ராம: க்ஷணம் பாணிகை  
அவ்யாத் த்ரீணி ஜகந்த்யகுண்ட மஹிமா  
வைகுண்ட கண்டரவ

யத் ப்ராதூர்ப்பவநா தவந்த்யா ஜடரா  
யாத்ருச்சிகாத் வேதலாம்  
யா காசித் ஸஹஸா மஹாஸூர க்ருஹ  
ஸ்த்துணா பிதாமஹ்யபூத்

நம்பனே நவின் நேத்தவல் லார்கள்  
நாத நேநர சிங்கம தானாய்  
உம்பர் கோனூல கேழு மளந்தாய்  
ஊழி யாயினாய் அழிமுன் நேந்தி  
கம்ப காமகரி கோள்விடுத் தானே  
கார ணா கடலைக்கடைந் தேனே  
எம்பி ரான் என்னை யாளுடைத்தானே  
ஏழை யேனிட ரைக்களை யாயே.

பள்ளியி லோதி வந்ததன் சிறுவன்  
வாயிலோ ராயிர நாமம்  
ஒள்ளிய வாகிப் போதவாங் கதனுக்  
கொன்றுமோர் பொறுப்பில னாகி,  
பிள்ளையைச் சீறி வெகுண்டுதான் புடைப்பப்  
பிறையெயிற் றனல்விழிப் பேழ்வாய்  
தெள்ளய சிங்க மாகிய தேவைத்  
திருவல்லிக் கேணிக்கண் டேனே.

ஆடியாடி யகம் க ரைந்து, இசை  
பாடிப்பாடிக் கண்ணீர்மல்கி, எங்கும்  
நாடிநாடி நரசிங்கா வென்று,  
வாடி வாடுமில் வாணுதலே

**Varahagiri Venkata Giri**  
(10 August 1894 – 24 June 1980),



Varahagiri Venkata Giri, commonly known as V.V.Giri, was the fourth president of India from 24 August 1969 to 24 August 1974. As president, Giri was the only person to be elected as an independent candidate.













He was succeeded by Fakhruddin Ali Ahmed as president in 1974.

After the end of his full term, Giri was honoured by the Government of India with the Bharat Ratna in 1975.

Giri died on 24 June 1980.

His great grandson V. Giri Shankar is an Advocate of the Madras High Court, Chennai.

## இந்த வார ராசிபலன்

 <p><b>மேஷம்</b> இந்த வாரம் நீங்கள் தேவையில்லாத விஷயங்களுக்கு பணம் செலவழிப்பது உங்கள் பெற்றோரை தொந்தரவு செய்யலாம்.</p>	 <p><b>துலாம்</b> இந்த வாரம் உங்கள் ஆரோக்கியத்தில் முன்னேற்றம் ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்புகளும் உங்கள் வாழ்க்கையில் சில நல்ல செய்திகளையும் பெறுவீர்கள்.</p>
 <p><b>ரிஷபம்</b> இந்த வாரம் உங்கள் வாழ்க்கையில் வேலை தொடர்பான பல புதிய சவால்களைக் கொண்டு வரப் போகிறது. எனவே உங்களுக்கு புதிய இலக்குகள் வழங்கப்படுவது சாத்தியமாகும்.</p>	 <p><b>விருச்சிகம்</b> இந்த வாரம் மற்றவர்களை பாதிக்கும் உங்கள் திறன் உங்களுக்கு பல நன்மைகளைத் தரும். பணியிடத்தில் சில சாதகமான மாற்றங்களைக் காணலாம்.</p>
 <p><b>மிதுனம்</b> இந்த வாரம், நாம் எப்போதும் வெற்றி பெறுகிறோம், அது சாத்தியமில்லை என்பதை உங்களில் பெரும்பாலானோர் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.</p>	 <p><b>கருகம்</b> இந்த வாரம் உங்களுக்கு குடும்பத்தில் ஒரு பண்டிகை சூழ்நிலை இருக்கும் மற்றும் உறுப்பினர்கள் அனைவரும் மகிழ்ச்சியாக இருப்பார்கள்.</p>
 <p><b>கடகம்</b> இந்த வாரம் உங்களுக்கு ஆக்கபூர்வமான சிந்தனைகள் அதிகரித்து நல்ல லாபம் ஈட்ட முடியும் அதே சமயம் நிறைய பணம் சம்பாதிக்க புதிய வாய்ப்புகள் கிடைக்கும்.</p>	 <p><b>மகரம்</b> வியாபாரம் தொடர்பான உங்களுக்கு இந்த வாரம் உத்தியோகத்தில் பதவி உயர்வுக்கான பல சப வாய்ப்புகள் கிடைக்கும்.</p>
 <p><b>சிம்மம்</b> இந்த வாரம், குடும்ப உறுப்பினர்களின் மகிழ்ச்சியான நடத்தை வீட்டின் சூழ்நிலையை இலகுவாகவும் மகிழ்ச்சியாகவும் மாற்ற உதவும்.</p>	 <p><b>கும்பம்</b> இந்த வாரம் உங்கள் தனிமை உங்களை கட்டுப்படுத்த அனுமதிக்காதீர்கள், உங்களுக்கு நேரம் கிடைக்கும்போது, எங்காவது வெளியே செல்லுங்கள்.</p>
 <p><b>கன்னி</b> இந்த வாரம் குடும்பத்தில், உங்களின் வார்த்தைகள், வேலைகளால் உங்களின் குடும்ப உறுப்பினர்களை புண்படுத்தாமல் இருக்க கவனம் செலுத்த வேண்டும்.</p>	 <p><b>மீனம்</b> இந்த வாரம் உங்கள் பழைய நண்பர்களுக்கோ அல்லது உங்கள் கூட்டத்தில் நெருங்கியவர்களுக்கோ விருந்து கொடுக்கலாம்.</p>

## YOGASANAM

### EKAPADHA SURIYA VANAKKAM

#### Procedure:-

- ❖ Stand erect on a mat. Bend your right leg and place it on the Kneecap of the left leg.
- ❖ Bring your hands up from sides and join your palms over your head.
- ❖ Your legs should be in "4" shape.
- ❖ Stand for ten seconds and then come to normal position.
- ❖ Legs should be bent and placed alternatively on the right and left legs knee caps.

#### Advantages:-

- ❖ Develops piety, cleanliness, health, strength and the ability to spot out bad elements.
- ❖ Body energized, Mind united, develops magnetic forces in the body.
- ❖ Eye sight will be clear and sharp.



அருட்பெருஞ்ஜோதி தனிபெருங்கருணை

**YOGA CENTRE**

Cell : 9444 122 922



## Entertainment Corner

எக்ஸ்பிரஸ்

ஜோக்ஸ்.....



கணவன் : நீ தான் எனக்கு மனைவியா வருவன்னு எங்க ஸ்கூல் மிஸ் அப்பவே சொன்னங்க.

மனைவி : எப்படி சொன்னாங்க.

கணவன் : பண்ணி மேய்க்க தான் நீ லாயக்குன்னு சொன்னங்க.

\*\*\*\*\*

அப்பா : மகளை, முன்னாடி நீ என்னை அப்பானு ஆசையோட கூப்பிட்டுகிட்டுருந்தியே.. ஏன் இப்பெல்லாம் டாடின்னு கூப்பிடுற?

மகள் : அப்பான்னு கூப்பிட்டா லிப்ஸ்டிக் கலஞ்சிடும் டாடி அதான்.

அப்பா : ???

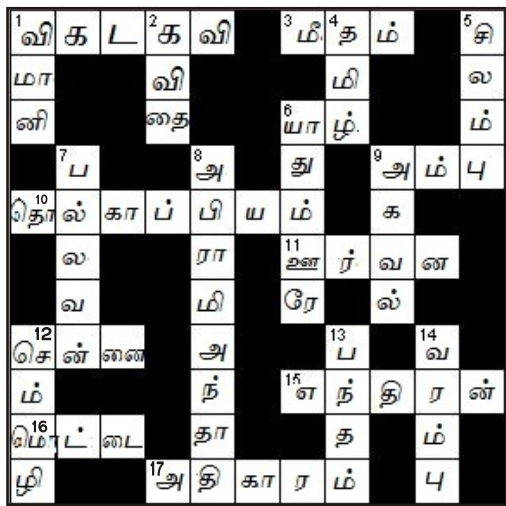
\*\*\*\*\*

இந்தியாவில்? ரொம்ப கவலையான மாநிலம்? எது?

Worry sa (ஓரிஸா)

\*\*\*\*\*

சென்ற வார குறுக்கெழுத்துப் புதிர் விடைகள்



அறுசுவை சமையல்

உருளைக்கிழங்கு ஸ்பைரல்ஸ்

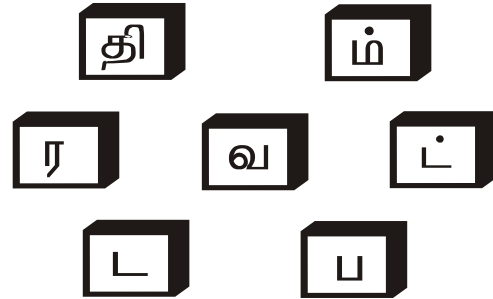
தேவையானவை:

- ❖ மீடியம் சைஸ் உருளைக்கிழங்கு- 4 (வேகவைத்து, தோல் நீக்கி மசிக்கவும்)
- ❖ கடலை மாவு- 2 டேபிள் ஸ்பூன்
- ❖ சோள மாவு - 2 டேபிள் ஸ்பூன்
- ❖ இஞ்சி-பூண்டு விழுது - 1 1/2 டீஸ்பூன்
- ❖ மிளகாய்த்தூள் - 1 டீஸ்பூன்
- ❖ உலர் தேங்காய்த் தூள்- 1 டேபிள் ஸ்பூன்
- ❖ காய்ச்சி ஆறவைத்த பால்- 1/4 கப்
- ❖ உப்பு - தேவையான அளவு
- ❖ எண்ணெய் - பொரிக்கத் தேவையான அளவு

செய்முறை:

- ❖ மசித்த உருளைக்கிழங்குடன் கடலை மாவு, சோள மாவு, இஞ்சி - பூண்டு விழுது, மிளகாய்த்தூள், உலர் தேங்காய்த் தூள், உப்பு சேர்த்துக் கலக்கவும்.
- ❖ அதனுடன் பால் சேர்த்து நன்கு கலக்கவும் (பேஸ்ட் போல வரும் வரை பால் சேர்த்துக் கலக்கவும்).
- ❖ இந்தக் கலவையை பைப்பிங் பேகில் நிரப்பி, நுனியை கட்ட செய்யவும்.
- ❖ வாணலியில் எண்ணெயைக் காயவைத்து நிரப்பிய கலவையை ஸ்பைரல் (சுருள்வட்டம்) போல பிழிந்து, வேகவைத்து எடுக்கவும்.
- ❖ சாஸ் அல்லது சட்னியுடன் பரிமாறவும்.

சொல் விளையாட்டு



கட்டத்தில் உள்ள எழுத்துக்களில் 10 வார்த்தைகளை கண்டுபிடிங்கள்.

விடுகதை விளையாட்டு

1. நூல் நூற்கும் நெசவாளிக்கு கட்டிக்கொள்ள துணியில்லை. - அது என்ன?
2. உடம்பெல்லாம் சிவப்பு, அதன் குடுமி பச்சை. - அது என்ன?
3. ஒட்டுத் திண்ணையில் பட்டுப் பாவாடை. - அது என்ன?
4. தலைக்குள் கண் வைத்திருப்பவன் இவன் மட்டும் தான். - அவன் யார்?
5. செய்தி வரும் பின்னே, மணியோசை வரும் முன்னே. - அது என்ன?
6. தொட்டுப் பார்க்கலாம் எட்டிப் பார்க்க முடியாது. - அது என்ன?
7. சிறு தூசி விழுந்ததும் குளமே கலங்கியது. - அது என்ன?
8. உணவை எடுப்பான் ஆனால் உண்ணமாட்டான். - அவன் யார்?

சுடோக்கு விளையாட்டு

கட்டத்தில் உள்ள எண்களுக்கு ஏற்ப சரியான விடையை கண்டுபிடியுங்கள்.

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

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

Publisher : R. Rajesh  
Editor : Saranya Rajesh  
Designer : D. Deepa  
Journalist : P. Praveen  
Marketing Executive : C. Karthikeyan

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.

மேகத்தின் எடை எவ்வளவு தெரியுமா ?

எப்போதாவது நீங்கள் தளங்களில் உயரும் காற்று வானத்தை பார்க்கும் போது நிரோட்டங்கள் அல்லது கிடைமட்ட ஒரு மேகங்களுக்கு எவ்வளவு எடை இடப்பெயர்ச்சி காற்று மூலம் இருக்கும்? என்று நினைத்து ஆதரிக்க முடியும். இரூக்கிரிகளா? அப்படி மேகத்தின் தரம் அதன் நினைத்திருந்தால் அந்த பாலினம் (அதிகமாகவோ கேள்விக்கான விடையை இப்போது அல்லது குறைவாகவோ செங்குத்து தெரிந்து கொள்ளுங்கள்... வளர்ச்சி மற்றும் பொது அளவு) மற்றும் உள் அமைப்பு (மழை, உறைபனி மழை, பனி, ஆலங்கட்டி) ஆகியவற்றைப் பொறுத்தது. ஒரு மேகத்தின் நிறை அடர்த்தியின் அடிப்படையில் தோராயமாக அளவிடப்படலாம். எனவே, எடுத்துக்காட்டாக, நடுத்தர குழுவில் மேகங்களின் கணக்கி- டப்பட்ட சராசரி அடர்த்தி ஒரு கன மீட்டருக்கு அரை கிராம் ஆகும். அதாவது, ஒவ்வொரு கன மீட்டர் மேகத்திலும் சராசரியாக அரை கிராம் தண்ணீர் இருக்கும். அத்தகைய கொத்துகளின் பரிமாணங்கள் அவை வழக்கமாக 1000 மீட்டர் நீளம், 1000 மீட்டர் அகலம் மற்றும் 1000 மீட்டர் உயரம் கொண்டவை. எனவே, இது ஒரு பில்லியன் கன மீட்டர் கனசதுரத்தின் அளவை

தோராயமாக கணக்கிடுகிறது. ஒரு மேகம் எவ்வளவு எடை கொண்டது:- மேகங்கள் மில்லியன் கணக்கான நீர் துளிகள் அல்லது பனி படிகங்களால் ஆனவை என்று நாம் பகுப்பாய்வு செய்தால், நமது கருத்து மாறத் தொடங்கும். இந்தக் கேள்விக்கு முடிந்தவரை துல்லியமாக பதிலளிக்க, NOAA விஞ்ஞானிகள் குழு சிறிய கொத்துகளின் தோராயமான எடையைக் கண்டறிய சிறந்த வாய் விதியைப் பயன்படுத்தியது, தெளிவான வானம் மேகங்கள் என்று அழைக்கப்படுகின்றன இந்தக் கதையில் வரும். சரி, இந்த சிறிய மேகம் 1 கிமீ x 1 கிமீ மேற்பரப்பு மற்றும் 1 கிமீ உயரம் (அதாவது 1 கிமீ 3 அளவு) 550.000 கிலோ எடை கொண்டது. இப்போதும் அப்படியே உள்ளது: எக்ஸ்டன். இதை வேறு விதமாகச் சொல்வதானால், 100 ஆப்பிரிக்க யானைகளின் எடைக்குச் சமமான உண்மையான மற்றும் இயற்கையான உதாரணத்தைக் கண்டறியவும்.

**SILORAM**  
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, Dhandeewaram Nagar, Velachery, Chennai - 600 042. (Opp. to Sri Devi Textiles)

Branch: No. 178, Velachery Main Rd, Jeeva Nagar Extn., Pallikaranai, Chennai-600100.

**நாவில் நடனமாடும் சுவைக்கு...**

**கங்கா ஸ்வீட்ச்**  
**GANGA SWEETS**

**PURE GHEE SWEETS**

Mail us @ [gangasweets@gmail.com](mailto:gangasweets@gmail.com)  
Visit us @ [www.gangasweets.com](http://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

*Healthy Food Healthy Lifestyle*

**WEIGHT MANAGEMENT**

**KIDS WELLNESS**

**FAMILY WELLNESS PGM**

*Enjoy your Days In Healthy way*

**DON'T MISS**

**BÉ FIT STAY HEALTHY**  
**UR FAVOURITE BUT U CAN MANAGE UR WEIGHT????**

**Ping me 9940065323**

**Mother Land**

Western Dance, Vocal Music, Key Board, Drawing, Hand Writing

**Play School Extra Curricular Activities**

No.38, 2nd Street, Tansi Nagar, Vijayanagar, (Near ICICI Bank - Royal Shoppee) Velachery, Chennai - 600 042.

**72992 62185 / 90947 52300**

**mother Land** Govt. Regd.No.: 276/13

**Play School, Day Care & After School Care**

An Ideal, lovable & Caring Institution to leave your child where learning is made simple & easy through Innovative Teaching Aids, thereby inculcating knowledge in them...

**Commitments & Activities**

- Greetings - Show & Tell
- Respect for People & Property
- Sing Along (Rhymes & Songs)
- Circle time & Sharing
- Free Play
- Discipline
- Dance
- Craft Work

**Extra Classes**

- Classical Dance (Bharathanatyam)
- Western Dance - Suran Dance School
- Abacus
- Art & Craft
- Drawing
- Hindi Class
- Yoga

**Facilities**

- Clean, Safe & Hygienic Environment
- Experienced Staff
- Air-Conditioned Rooms
- Homely & Motherly Care

**Play, Learn, Grow... Happily!**

No. 38, 2nd Street, Tansi Nagar, Vijayanagar, (Near ICICI Bank - Royal Shoppee) Velachery, Chennai - 600 042.

**72992 62185 90947 52300**

**SHAPE YOUR PERFECT BODY**

**Atelier's Fitness**

Join the best gym TODAY!

**Annual 9222/-**

**Get 1 Free**

**Our SERVICES**

- ✓ CARDIO TRAINING
- ✓ STRENGTH TRAINING
- ✓ PERSONAL TRAINING
- ✓ WEIGHT LOSS
- ✓ WEIGHT GAIN

**Valid From 15-07-2022 TO 15-08-2022**

Velachery 955 129 9844, Sembakkam 955 129 9866, Alwarthirunagar 955 129 9855

\* Terms and Conditions Apply