EXPRESS VELACHERY

Neighbourhood Newspaper - Weekly

Free Circulation

VOL - 5 ISSUE - 15 Editorial : 044-42077328 / 7305837388

என்ஜினீயரிங் படிப்புகளில் சேர மாணவர் தர வரிசைப் பட்டியல் ஜூலை 10-ந்தேதி வெளியாகிறது...

பொறியியல் படிப்பில் சேருவதற்கான இணையவழி விண்ணப்பப் பதிவு நேற்று முன்தினம் (வியாழக்கிழமை) நள்ளிரவுடன் நிறைவடைந்த நிலையில், 2 லட்சத்து 49 ஆயிரத்து 918 மாணவ, மாணவிகள் தங்களது விண்ணப்பத்தை பதிவு செய்துள்ளனர். இதையடுத்து சான்றிதழ்களைப் பதிவேற்றம் செய்ய ஜூன் 12 வரை அவகாசம் அளிக்கப்பட்டுள்ளது.

தமிழகத்தில் 400-க்கும் மேற்பட்ட பொறியியல் கல்லூரிகள் உள்ளன. இதில் அண்ணா பல்கலைக்கழக துறை கல்லூரிகள், அரசு மற்றும் அரசு உதவிபெறும் பொறியியல் கல்லூரிகள், தனியார் சுயநிதி பொறியியல் கல்லூரிகள் ஆகிய அனைத்து வகை கல்லூரிகளும் அடங்கும்.

இக்கல்லூரிகளில் பி.இ., பி.டெக் படிப்பில் ஏறத்தாழ 2 லட்சம் இடங்கள் அரசு ஒதுக்கீட்டு இடங்கள் ஆகும். இவை ஒற்றைச்சாளர முறையில் பொதுக் கலந்தாய்வு மூலம் நிரப்பப்படும். அந்த வகையில், 2024-2025-ம் கல்வி ஆண்டில் அரசு ஒதுக்கீட்டு இடங்களில் சேருவதற்கான இணையவழி விண்ணப்பப் பதிவு மே 6-ந்தேதி தொடங்கியது. பொறியியல் படிப்புக்கு விண்ணப்பிக்க ஒரு மாத காலம் வழங்கப்பட்டிருந்த நிலையில், அந்த அவகாசம் கடந்த வியாழக்கிழமை நள்ளிரவுடன் நிறைவு பெற்றது.

ஒட்டுமொத்தமாக 2 லட்சத்து 49 ஆயிரத்து 918 பேர் இணைய வழியில் விண்ணப்பத்தைப்பதிவு செய்துள்ள நிலையில், அவர்களில் 2 லட்சத்து 6 ஆயிரத்து 12 பேர் விண்ணப்பக் கட்டணத்தைச் செலுத்தியுள்ளனர். அதில் ஒரு லட்சத்து 78 ஆயிரத்து 180 பேர் சான்றிதழ்களையும் பதிவேற்றம் செய்துள்ளதாக தமிழ்நாடு பொறியியல் மாணவர் சேர்க்கை செயலர் புருஷோத்தமன் தெரிவித்தார்.

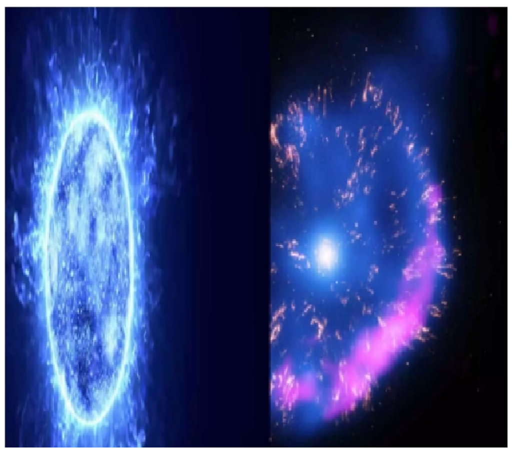
இணையவழி விண்ணப்பப் பதிவு முடிவடைந்துள்ள நிலையில் தொழில்நுட்பக் கல்வி இயக்ககம் ஏற்கெனவே வெளியிட்ட பொறியியல் மாணவர் சேர்க்கை 2024 கால அட்டவணையின் படி, சான்றிதழ்களைப் பதிவேற்றம் செய்ய கடைசி நாள் ஜூன் 12-ந்தேதி ஆகும். இதைத்தொடர்ந்து ஜூன் 12-ந்தேதி ரேண்டம் நம்பர் எனப்படும் வாய்ப்பு எண் மாணவர்களுக்கு இணைய வழியில் ஒதுக்கீடு செய்யப்படும். அதன்பிறகு ஜூன் 13 முதல் 30-ந்தேதி வரை சான்றிதழ் சரிபார்ப்பு இணைய வழியிலேயே நடைபெறும்.

ஜூஜைல 10-ந்தேதி தரவரிசைப் பட்டியல் வெளியிடப்படும். இதையடுத்து விருப்பமான கல்லூரி மற்றும் பாட பிரிவைத் தேர்வு செய்வதற்கான கலந்தாய்வு இணையவழியில் நடத்தப்படும்.

பிரதமராக பதவி ஏற்கிறார் மோடி...

நாட்டின் முதல் பிரதமர் ஜவகர்லால் நேருவுக்கு பிறகு, தொடர்ந்து 3-வது முறையாக பிரதமர் பதவி ஏற்பவர் என்ற பெருமையை மோடி பெறுகிறார்.

நட்சத்திரம் வெடித்து சிதறுவதை வெறும் கண்களால் பார்க்கலாம் - விஞ்ஞானிகள் தகவல்...



பூமியிலிருந்து 3 ஆயிரம் ஒளி ஆண்டுகள் தொலைவில் அமைந்துள்ள டி கொரோனே பொரியாலிஸ் என்ற விண்மீன் தொகுப்பில் ஒரு நட்சத்திரம் விரைவில் வெடித்து சிதறும் என்றும், அதை இரவில் வெறும் கண்களால் பார்க்க முடியும் என்றும் விஞ்ஞானிகள் தெரிவித்துள்ளனர்.

இது ஒளி மாசுபட்ட நகரங்களில் இருந்தும் கூட வெறும் கண்ணால் பார்க்கக்கூடிய பிரகாசமான காட்சியை உருவாக்கும் என்றும் தெரிவித்தனர். இதுகுறித்து நாசா விஞ்ஞானி ரெபெக்கா ஹவுன்செல் கூறும்போது, இது வாழ்நாளில் ஒருமுறை நடக்கும் நிகழ்வு.

இது நிறைய புதிய வானியலாளர்களை உருவாக்கும் என்று நான் நம்புகிறேன் என்றார். டி கொரோனே பொரியாலிஸ் கடைசியாக 1946-ம் ஆண்டு வெடித்தது.

அந்த வெடிப்புக்கு சுமார் ஒரு ஆண்டுக்கு முன்பு இந்த அமைப்பு திடீரென மங்கலானது. அதேபோல் கடந்த ஆண்டு டி கொரோனே பொரியாலிஸ் அமைப்பு மீண்டும் மங்கலானது.

இது ஒரு புதிய வெடிப்பைக் குறிக்கிறது என்றும், அந்த வெடிப்பு செப்டம்பர் மாதம் நிகழும் என்றும் தெரிவித்துள்ளனர்.

CLASSIFIED

VELACHERY
Laxmipuram before Dandeeswaram Colony

INDP HOUSE 3BHK, 1 Ground, 1600 Built, CCP, 3P Power, Metro, Bore Water, Safe Area during Flooding, Cyclone, EAST Facing, Rs.3.3Cr

89399 43999

TMS YOGA AND ART'S CENTER
SIMPLE SOLUTION TO LEARN
ONLINE & OFFLINE

Contact
9789098094
8012041624
9500090445

Velachery, Madippakkam, Keelkatalai.

RESALE
VELACHERY SRINIVASA NAGAR
Near ISHA Homes, 10mts to MRTS

2BHK - 710 Sqft / UDS - 355 Sqft / GF / EAST Facing / Rs. 46Lacs

90030 93204

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

---

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

WANTED
Tele Callers

CONTACT
7305837388

Commercial Space for Rent
600 Square feet for 15,000/-@ ground floor

31/14, Sarathy Nagar, 2nd street, Velachery
(Bethel Hr Sec School Opp)

3 month rent as advance

CONTACT
8015427018

WANTED
Front Desk Executive
(Male / Female)

Ateliers Fitness
Velachery, Behind A2b

Contact
9841030772

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 ரூ குடல் சம்பந்தமான தொந்தரவுகள்
- Uterine ailment like Fibroid
  கர்ப்பப்பை கோளாறுகள்
- PCOD
  மாதவிடாய் கோளாறுகள்
- Respiratory ailments, Asthama
  சுவாச கோளாறுகள்
- Diabetes & is Complications
  சர்க்கரை வியாதிகள்
- Cholastrol, BP
  கொலஸ்ட்ரால்இ ரத்த கொதிப்பு
- Thyroid Problems
  தைராய்டு பிரச்சனை
- Stress, Anxiety & Sleep Disturbance
  மன அழுத்தம் ரூ தூக்கமின்மை
- Weight Loss & Weight gain
  உடல் எடையை குறைக்க ரூ அதிகரிக்க
- General Health
  பொது மருத்துவம்
- Infertility
  குழந்தையின்மை

CONSULTANT CATERING HOSPITALITY SERVICE
NFC
NIMS FOOD CONSULTANT

E. KAMESH KUMAR IHM-MBA

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

Adviser:K.VIJAYA KANCHANA
MSC Food & Nutrition.

email:Nutritionnfc@gma

Mobile:9790 902400
email:Consultantnfc@gmail.com

சென்னையில் பெட்ரோல், டீசல் விலை நிலவரம்
Friday Price

பெட்ரோல் விலை	டீசல் விலை
விலை 1 லிட்டர்	விலை 1 லிட்டர்
100.75	₹ 92.34

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. 500/- only

Contact
7358182075

WANTED
LADIES TAILOR
PRASUDRA Boutique

No:2 LAKSHMI NAGAR, 2nd STREET, VELACHERY

CONTACT - PREMALATHA
4435504719
8870393999

சென்னையில் தங்கம் மற்றும் வெள்ளி விலை நிலவரம்

தங்கம் விலை -	22 கேரட்		24 கேரட்	
	1 கிராம்	6840	1 கிராம்	7310
	8 கிராம்	54720	8 கிராம்	58480

வெள்ளி விலை -		
	1 கிராம்	100.50
	1 கிலோ	100500

Friday Price

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

SHARAN TRAVELS
All kinds of Tourist vehicle available here
Drivers Available

Contact V. Marimuthu
9840508030

RENTAL
LAND BUYING, SELLING

All Kind of Building Repair Works Undertaken

Contact B. Rajendran
90809 94500

SERVICES
Plumbing works

Contact
Govindaswamy
87544 09752

ஆன்மீக தகவல்

செல்வம் பெருக வில்வாபிஷேகம்...

கொடியது கொடியது வறுமை கொடியது என்று நம்முடைய அவ்வை பாட்டியே கூறியிருக்கிறார்கள். அந்த அளவிற்கு மிகவும் கொடுமையான ஒன்றாக தான் வறுமை திகழ்கிறது. இந்த வறுமையை அகற்றுவதற்கு முதலில் முயற்சியை நாம் மேற்கொள்ள வேண்டும். அந்த முயற்சிகள் வெற்றி அடைவதற்கு இறைவனின் அருளை துணையாக பெற வேண்டும். விடாமுயற்சியுடன் இறைவனின் அருளையும் நாம் பரிபூரணமாக பெரும்பொழுது நம்முடைய முயற்சிகள் வெற்றி அடைந்து அதன் மூலம் நம்முடைய செல்வ செழிப்பும் உயரும். இப்படி செல்வ செழிப்பு உயர்வதற்கு செய்யக்கூடிய ஒரு எளிமையான அபிஷேக முறையை பற்றி தான் இந்த ஆன்மீகம் குறித்த பதிவில் நாம் பார்க்க போகிறோம்.

வில்வாபிஷேகம் வழிபாடு

செல்வ நிலையை வாரி வழங்கக்கூடிய தெய்வமாக திகழ்பவள் தான் மகாலட்சுமி தாயாரும், குபேரரும். ஆனால் குபேரருக்கும் மகாலட்சுமி தாயாருக்கும் செல்வத்தை வழங்கியவராக திகழ்ந்தவர் தான் சிவபெருமான். அப்பொழுது நாம் சிவபெருமானை வழிபட்டோம் என்றால் மகாலட்சுமி தாயாருக்கும் குபேரருக்கும் வழங்கிய செல்வத்தைப் போல நமக்கும் சிவபெருமான் வாரி வழங்குவார் என்று கூறப்படுகிறது.

அப்படி நமக்கு செல்வ செழிப்பை வாரி வழங்குவதற்கு சிவபெருமானை எந்த முறையில் வழிபட வேண்டும் என்று தெரிந்து கொள்வோம்.சிவபெருமானுக்குரிய தினங்களாக கருதப்படும் திங்கட்கிழமை, பிரதோஷம், சிவராத்திரி போன்ற தினங்களிலும் முருகப்பெருமானுக்கு உகந்த தினங்களான செவ்வாய்க்கிழமை, கிருத்திகை, சஷ்டி, வெள்ளிக்கிழமை போன்ற கிழமைகளிலும் நாம் அபிஷேகம் செய்ய வேண்டும்.

சிவபெருமானுக்கு அபிஷேகம் செய்வது என்பது சரி முருகப்பெருமானுக்கு எதற்கு என்று கேட்பவர்களுக்கு ஒரு சிறிய விளக்கம். சிவபெருமானின் நெற்றிக்கண்ணில் இருந்து அக்னி ரூபமாக தோன்றியவர்தான் முருகப்பெருமான். முருகப்பெருமானை வழிபடுபவர்களுக்கு சிவபெருமானின் அருளும் பரிபூரணமாக கிடைக்கும் என்று புராணங்கள் கூறுவதால் இந்த அபிஷேகத்தை நாம் சிவபெருமானுக்கும் செய்யலாம் முருகப்பெருமானுக்கும் செய்யலாம்.

முதலில் ஒரு அகலமான தட்டை அல்லது பாத்திரத்தை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். அது நிரம்ப நல்ல தண்ணீரை பிடித்துக் கொள்ள வேண்டும். பிறகு அதில் உங்கள் கைப்பிடி அளவிற்கு வில்வ இலைகளை போட வேண்டும். இந்த அபிஷேகத்தை நாம் சங்கால் செய்வது மிகவும் விசேஷமாக இருக்கும். சங்கு இல்லாத பட்சத்தில் பஞ்சபாத்திரத்தில் இருக்கக்கூடிய கரண்டியை வைத்தும் இந்த அபிஷேகத்தை செய்யலாம். வேறு பொருட்களில் மூலம் இந்த அபிஷேகத்தை செய்யக்கூடாது.

நம்முடைய வீட்டில் ஒரு சிறிய சிவலிங்கமோ அல்லது முருகனின் சிலையோ அல்லது வேலோ இருக்கும். இப்படி எது இருந்தாலும் சரி அதை எடுத்து வைத்துக் கொண்டு அதில் இந்த வில்வம் போட்டு வைத்திருக்கும் தண்ணீரை எடுத்து சிவபெருமானின் பஞ்சாட்சர மந்திரமான "ஓம் நமசிவாய" என்னும் மந்திரத்தை கூறியவாறு அபிஷேகம் செய்ய வேண்டும். இப்படி அபிஷேகம் செய்து முடித்த பிறகு அதில் இருக்கக்கூடிய வில்வ இலைகளை வைத்து சிவபெருமானுக்கு அர்ச்சனை செய்ய வேண்டும்.

முருகப்பெருமானுக்கு அபிஷேகம் செய்வதாக இருந்தாலும் இதே பஞ்சாட்சரம் மந்திரத்தை கூறி அபிஷேகமும் அர்ச்சனையும் செய்யலாம். எங்கள் வீட்டில் சிலையும் இல்லை வேலும் இல்லை என்று கூறுபவர்கள், அவர்கள் வீட்டில் கண்டிப்பான முறையில் சிவபெருமானின் படமோ அல்லது முருகப் பெருமானின் படமோ இருக்கும்.

அந்த படத்தை சுத்தம் செய்து சந்தனம் குங்குமம் வைத்துக் கொள்ளுங்கள். அந்த படத்திற்கு முன்பாக மற்றொரு பாத்திரத்தை வைத்து இந்த வில்வ தண்ணீரை எடுத்து அவர்கள் முன்பாக அப்படியே அந்த பாத்திரத்தில் விட வேண்டும். இப்படி செய்வதும் அபிஷேகம் செய்வதற்கு இணையான பலனையே தரும். இப்படி நாம் தொடர்ந்து மனம் உருகி சிவபெருமானையும், முருகப்பெருமானையும் இந்த வில்வத்தைக் கொண்டு அபிஷேக அர்ச்சனை செய்து வந்தோம் என்றால் நம் வாழ்வில் இருக்கக்கூடிய வறுமை நிலை அனைத்தும் மாறும்.

செல்வ செழிப்புடன் வாழ்வதற்கு நாம் மேற்கொள்ளும் முயற்சிகள் அனைத்தும் வெற்றி பெறுவதற்கு அவர்களின் அருள் பரிபூரணமாக கிடைக்கும். இப்படி அபிஷேகம் செய்து முடித்த இந்த தண்ணீரை எடுத்து முதலில் நம் தலையில் தெளித்து விட்டு வீட்டில் இருக்கும் நபர்களின் தலையிலும் தெளித்துவிட்டு வீடு முழுவதும் தெளிக்க வேண்டும். மீதம் தண்ணீர் இருக்கும் பட்சத்தில் துளசி, கற்றாழை போன்ற செடிகளில் ஊற்றி விட வேண்டும்.

மிகவும் சக்தி வாய்ந்த அதே சமயம் எளிமையாக செய்யக் கூடிய இந்த அபிஷேகத்தை தெய்வ நம்பிக்கை இருப்பவர்கள் முழு மனதோடு செய்து அவர்களின் வறுமை நிலையில் இருந்து மாறி மகிழ்வான செல்வ நிலையை பெற முடியும்.

விவசாயம் காப்போம்

மாப்பிள்ளை சம்பா அரிசி சாகுபடி செய்யும் முறை...

தொடர்ந்து 48 நாட்கள் மாப்பிள்ளை சம்பா அரிசி சாதம் சாப்பிட்டு வந்தால் இளவட்ட கல் தூக்கும் அளவு உடல் வலுப்பெறும், மாடு அடக்கி வெற்றி பெறலாம் என அந்தக்கால முன்னோர்கள் சொல்வார்கள்.

2 ஏக்கர் நிலத்தில் கம்போஸ்ட் , நுனா, புங்கை, பூவலசு, வேம்பு, எருக்கு, தழை சேர்ந்து உழ வேண்டும். கம்போஸ்ட் உரத்தை நிலத்திலேயே தயார் செய்து ஒன்றரை அடி ஆழ பள்ளத்தில் மாட்டுச்சாணம், கோமியம், நிலக்கடலை,புண்ணாக்கு,வெல்லக்கரைசல் சேர்க்க வேண்டும். குழியைச் சுற்றி 5 கிலோ வேப்பம்புண்ணாக்கு விட வேண்டும். இந்த கம்போஸ்ட் உரத்தில் மண்புழுக்கள் அதிகளவில் உருவாகி இருக்கும்.

இந்த கம்போஸ்ட் உரத்தில் மண்புழுக்கள் அதிகளவில் உருவாகி இருக்கும். இந்த மண்புழு உரம் தான் நெல்லுக்கு போட ஏற்றது. ஏக்கருக்கு 15 கிலோ மாப்பிள்ளை சம்பா நெல்லை விதை நாற்றாக வந்ததும் ஒவ்வொரு நாற்றாக பிரித்து கயிறு கட்டி வரிசை முறையில் வயலில் நட்டு பிறகு நான்கரை மாதத்தில் கதிர் கட்டும் தரையில் ஜீவாமிர்த கரைசலும் மேற்பரப்பு கதிரில் பஞ்சகவ்யம் ஸ்பிரே செய்ய வேண்டும். இதனால் நெல்லில் பூச்சி தாக்குதல் வராது.

ஆறு மாதத்தில் ஆறு அடி உயரத்தில் கதிர் முற்றி அறுவடை செய்யலாம். இது மோட்டோ ரகம். பெரிதாக சிவப்பு நிறத்தில் அரிசி இருக்கும்.

பொடுகுத் தொல்லையில் இருந்து விடுபட

❖ முட்டை, தயிர் இரண்டும் சேர்த்து நன்கு நுரை வர அடித்து பின் தலையில் தேய்த்து அரை மணி நேரம் கழித்து குளித்தால் பொடுகு

❖ தேங்காய் எண்ணெயை எதிர்மறையான சூட்டில் வைத்து எடுத்து அதில் 2 தேக்கரண்டி எலுமிச்சை சாறை கலந்து தலையில் தடவி மசாஜ் செய்யவும். இதை 15 நிமிடங்கள் செய்து விட்டு பின்னர் ஷாம்புவால் கழுவவும். வாரத்திற்கு 2 முதல் 4 முறை

❖ மிளகுத் தூளும் ஓர் அற்புதமான பொடுகைப் விரட்டும் பொருள். இதில் உள்ள காரம் நுண்கிருமிகள் மற்றும் பூஞ்சைகளை அழித்து, பொடுகு ஏற்படுவதைத் தடுத்து, தலையில் உள்ள பொடுகு நீங்கி சுத்தமாக வைத்துக் கொள்ள உதவும்.

❖ சிறிது வால்மிளகை பொடி செய்து, நீரில் அல்லது தேங்காய் எண்ணெயில் கலந்து தலையில் தடவி அரை மணி நேரம் ஊற வைத்து, பின் ஷாம்பு போட்டு அலச வேண்டும். இதை தொடர்ந்து செய்து வந்தால் பொடுகு தொல்லையில் இருந்து விடுபடலாம்.

நீதிக் கதைகள

ரோஜாவும் பட்டாம்பூச்சியும்

ஒரு காட்டுல ஒரு அழகான ரோஜா இருந்துச்சு அதுக்கு ஒரு பட்டாம்பூச்சி நண்பரும் இருந்துச்சு

ஒருநாள் வெளியில போன பட்டாம்பூச்சி திரும்பி வர்றப்ப ,ரோஜா தீனி கூட நட்பா இருக்குறத பார்த்துச்சு

உடனே அந்த பட்டாம்பூச்சிக்கு ஒரே வருத்தமா போச்சு ,உடனே அந்த ரோஜா கூட சண்டைக்கு போச்சு பட்டாம்பூச்சி

அதுக்கு அங்க ரோஜா சொல்லுச்சு நீ ஏன் நான் இன்னொருத்தர் கூட நட்பா இருக்குறத விரும்ப மாட்டுற

நான் சுரக்கிற தேன் எல்லாத்தையும் சேகரிச்சு மனிதர்களுக்கு கொடுத்து நான் பிறந்த பிறவி பயனை அடைய செய்யுறது அந்த தேனியோட வேலை அதனால நான் அது கூட நட்பா இருக்கணும்

ஆனா நீ அத பார்த்து பொறாமை படுறது சரி இல்லைனு சொல்லுச்சு

அத கேட்ட பட்டாம்பூச்சி சொல்லிச்சு அட்டா உன்னை பொறாமையால அவமதிச்சிட்டேன் எனக்கு தக்க தண்டனை கொடுன்னு சொல்லுச்சு

அப்பத்தான் பொறாமை குணம் உள்ளவங்களுக்கு வெளியில இருந்து துன்பம் வர தேவையில்லை ,அவுங்களோட பொறாமை குணமே அவுங்களுக்கு தண்டனைதானு திருவள்ளுவர் எழுதியிருக்கிற

அழுக்காற்றின் அல்லவை செய்யார் இழுக்காற்றின்
ஏதம் படுபாக்கு அறிந்து

அப்படிங்கிற குரலை சொல்லுச்சு ரோஜா

நீதி:

பொறாமை எண்ணமே ஒருவருக்கு தண்டனையாக அமையும்

Crazy Food Facts

1. During 1800s, it was believed that ketchup has medicinal qualities. It could cure ailments like diarrhea.

2. Chicken contains 266 percent more fat than it did 50 years ago. A study has claimed that chicken, now, has more fat than proteins.

3. The most stolen food in the world is 'cheese'. As per reports, 4 percent of the total cheese produced globally is stolen.

4. Peanuts can be used to make dynamite. The oil derived from peanuts can be processed to produce glycerol. This, in turn, can be used to make nitroglycerin, one of the constituents of dynamite.

5. Chocolate was once used as currency. The Maya civilization used it as money.

6. You'll be amazed to know that apples and roses are connected. They belong to the same family. Same applies to cherries, pears, and apricots. They belong to rose family called Rosaceae.

7. Pure honey has a very long shelf life. It won't spoil and can last up to 3000 years.

8. The wax used to coat candies and cars is the same. Carnauba, also called Brazil wax and palm wax, is not only used to cover the little gummy candies, but also your cars to make them look shiny.

9. Ripe cranberries can bounce like rubber balls and thus, they're also referred to as bounce berries. The bounce signifies the berry is still nice and firm.

10. Potatoes can absorb and reflect radio wave signals. In 2012, when Boeing wanted to test out its wireless signal on new plane, they ended up placing huge piles of potatoes on the seats.

"SMART KID UNVEILS SUPER MOM AND SUPER KID CONTEST WINNERS, CELEBRATING MOTHERHOOD AND EXCEPTIONAL PERFORMANCE"

B.S.MATHIRAKSHANIY

DEEPTHA

U.VISHVA MAYA

RAJA ANANYA

In a heartwarming celebration of motherhood on Mother's Day, a young prodigy revealed the winners of the Super Mom and Super Kid contest. The event, aimed at honoring the remarkable bond between mothers and children, showcased extraordinary stories of love, sacrifice, and resilience. Winners were chosen for their exceptional qualities and unwavering dedication to each other. As the spotlight shone on these remarkable individuals, it served as a reminder of the countless unsung heroes in every household, embodying the essence of true superstars in everyday life. Congratulations to all participants, with special accolades to the top five winners at the national level, for their exemplary performances and inspiring tales.

MYSHA MISHRA

அழகு குறிப்பு

சருமத்தை பளபளப்பாக்கும் காலை

கீரை ஜூஸ்:

கீரையை தினசரி உணவில் சேர்த்துக்கொள்வது உங்கள் சருமத்தை பளபளப்பாக வைத்திருக்க உதவும். சருமத்திற்கு ஈரப்பதத்தை அளிப்பதோடு, கரும்புள்ளிகளை கட்டுப்படுத்தும். முதுமையின் ஆரம்பகால அறிகுறிகளை தடுத்து இளமை தோற்றத்தை தக்கவைக்கவும் உதவும்.

தேவையானவை:

- நறுக்கிய கீரை - 2 கப்
- ஆப்பிள் - 1 (நறுக்கவும்)
- எலுமிச்சை - அரை பழம்
- தண்ணீர் - முக்கால் கப்
- மிளகு தூள் - சிறிதளவு

செய்முறை:

கீரையை நன்றாக கழுவி, அதனுடன் ஆப்பிள் சேர்த்து மிக்சியில் விழுதாக அரைத்துக்கொள்ளவும்.

அதனுடன் எலுமிச்சை சாறை பிழிந்து கொள்ளவும். தண்ணீரை கொஞ்சம் கொஞ்சமாக கலந்து கொள்ளவும்.

பின்பு நன்றாக வடிகட்டி அதனுடன் மிளகு தூள் சேர்த்து பருகலாம்.

இந்த ஜூஸை அதிகாலையில் பருகி வர, சருமம் பொலிவுடன் காட்சியளிக்கும்.

[114] **திருக்குறள்**

தக்கார் தகவிலர் என்பது அவரவர்
எச்சத்தாற் காணப் படும்.

The worthy and the unworthy
Are seen in their posterity.

பொன்மொழி

இந்த வார ராசிபலன்

மேஷம்

இந்த வாரம், குடும்ப அமைதியை பராமரிக்க, குடும்ப உறுப்பினர்களிடம் எதையும் சொல்லும்போது உங்கள் வார்த்தைகளை மிகவும் கவனமாக தேர்ந்தெடுக்கவும்.

துலாம்

இந்த வாரம், வேலையில் இருக்கும் ஓய்வு நேரத்தில் மொபைலில் வெப் சீரிஸ் பார்ப்பது உங்கள் மேலதிகாரிகளுக்கு பிடிக்காமல் போகலாம்.

ரிஷபம்

இந்த வாரம் எந்தவொரு நிதி முடிவுகளையும் எடுப்பதில் நீங்கள் கடந்த காலத்தில் எதிர்கொண்டிருந்த ஏதேனும் சிரமங்கள் இந்த நேரத்தில் முற்றிலும் நீங்கும்.

விருச்சிகம்

இந்த வாரம் நீங்கள் புரிந்து கொள்ள வேண்டும், உங்கள் திட்டங்களை அனைவருக்கும் திறக்க நீங்கள் தயங்கவில்லை என்றால், உங்கள் திட்டத்தை கெடுக்கிறீர்கள்.

மிதுனம்

இந்த வாரம் உறவினர்களிடம் கடன் வாங்கிய கடனை இந்த வாரம் எந்த சூழ்நிலையிலும் திருப்பித் தர வேண்டியிருக்கும். இது உங்கள் மன அழுத்தத்தை அதிகரிக்கும்.

தனுசு

இந்த வாரம், உங்கள் மனம் தொண்டு வேலைகளில் அதிகமாக ஈடுபடும், உங்கள் குடும்பத்துடன் சில மத நிகழ்ச்சிகளை ஏற்பாடு செய்ய முடிவு செய்யலாம்.

கடகம்

இந்த வாரம், உங்கள் முதலீடுகள் மற்றும் அனைத்து எதிர்காலத் திட்டங்களையும் நீங்கள் பெரும்பாலும் ரகசியமாக வைத்திருக்க வேண்டியிருக்கும்.

மகரம்

இந்த வாரம், நீங்கள் நல்ல லாபத்தைப் பெற வாய்ப்புள்ளது, உங்கள் லாபத்தில் பெரும் பகுதியை சேமிப்பதில் வெற்றி பெறுவீர்கள்.

சிம்மம்

இந்த வாரம் குடும்ப வாழ்க்கையில் நல்ல பலன்கள் கிடைக்கும். குடும்பத்தில் புதிய விருந்தினர் வர வாய்ப்புகள் உள்ளது, குடும்பத்தில் மகிழ்ச்சியைத் தரும்.

கும்பம்

இந்த வாரம் உங்கள் கல்வியில் உங்கள் மனதை குழப்புவதற்கு உங்கள் காதல் வாழ்க்கை முக்கிய காரணமாக இருக்கும்.

கன்னி

இந்த வாரம் நீங்கள் நண்பர்கள் மற்றும் உறவினர்கள் மீது உங்கள் ஆலோசனைகளையும் உங்கள் பார்வையையும் திணிப்பீர்கள்.

மீனம்

இந்த வாரம் உங்கள் நிதி நிலைமை சற்று ஏற்ற இறக்கமாக இருக்கலாம், ஆனால் கடந்த காலத்தில் நீங்கள் சேமித்த பணம் உங்களுக்கு பயனுள்ளதாக இருக்கும்.

YOGASANAM

அர்த்த ஊர்த்துவ உபவிஸ்த கோணாசனம்

பலன்கள்:-

வயிற்று உள்உறுப்புகளின் செயல்பாடுகளைச் செம்மையாக்குகிறது.

இடுப்புப் பகுதியை பலப்படுத்துகிறது.

இடுப்பின் நெகிழ்வுத்தன்மையை (flexibility) அதிகரிக்கிறது.

கால்களை பலப்படுத்துவதோடு நீட்சியடையவும் (Stretch) வைக்கிறது.

சையாடிக் வலியைப் போக்குகிறது.

மன அழுத்தத்தைப் போக்குகிறது.

செய்முறை:-

விரிப்பில் அமர்ந்து இரு பாதங்களையும் ஒன்றோடு ஒன்று சேருமாறு வைக்கவும்.

மூச்சை உள்ளிழுத்து வலது கையால் வலது கால் பெரு விரலைப் பிடித்து காலைத் தரையிலிருந்து உயர்த்தவும்.

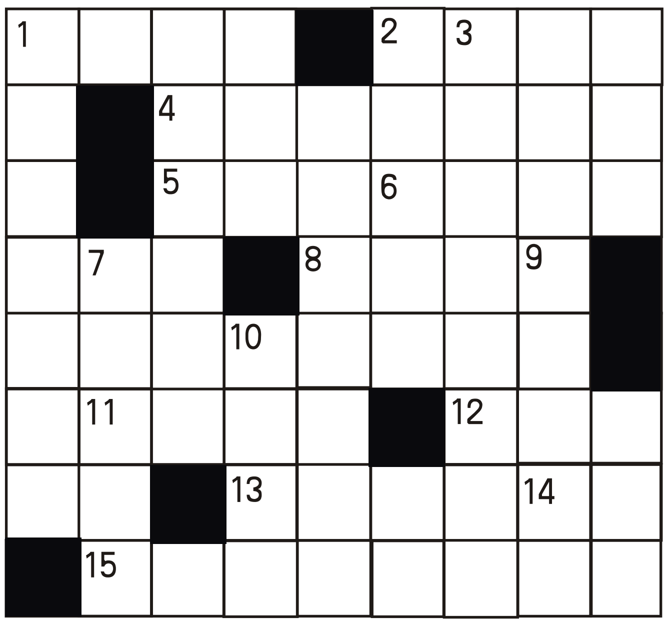
மூச்சை வெளியேற்றியவாறே வலது காலை முடிந்தவரை நன்றாக நீட்டவும்.

இதே நிலையில் 20 வினாடிகள் இருந்த பின் காலை மாற்றி 20 வினாடிகள் செய்யவும்.

குறிப்பு:-

தோள், இடுப்பு, முட்டி ஆகிய பகுதிகளில் தீவிர வலி உள்ளவர்கள் இந்த ஆசனம் பயில்வதைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

குறுக்கெழுத்துப் புதிர்



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. ஒட்டை ____ 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. ஃபிரான்சில் நடைபெறும் உலகத் திரைப்பட விழா (3)
12. இந்தியாவின் முக்கியமான சுற்றுலாத் தலங்களுள் ஒன்று (3)

Entertainment Corner

ARUSUVAI SAMAYAL

LEMON IDLI

INGREDIENTS:

- 2 teaspoon vegetable oil
- 1/2 teaspoon split urad dal
- 1/4 teaspoon mustard seeds
- 1/4 teaspoon cumin seeds
- 2 dried red chillies
- 1/2 inch piece ginger, chopped
- 1 sprig curry leaves, chopped
- 2 green chillies, finely chopped
- 3/4 cup onion, finely chopped
- 1/2 teaspoon salt
- 1/4 teaspoon turmeric powder
- 1 pinch asafoetida
- 20 button idlis
- 2 sprigs coriander leaves, chopped
- 1 teaspoon ghee
- ½ of a lime or lemon, juiced

INSTRUCTIONS:

Grease the idli plates with a small amount of oil and pour the idli batter into the moulds. Steam for 6-7 minutes until a knife inserted comes out clean. Remove the plates from heat and set them aside to cool.

In a pan, heat vegetable oil and add urad dal, mustard seeds, cumin seeds, dried red chilies, ginger, curry leaves, and green chilies. Allow the mustard seeds to crackle, then roast for a few seconds.

Add finely chopped onions and sauté for a few minutes until they turn soft.

Sprinkle salt, turmeric powder, and asafoetida. Add the idlis and coriander leaves, and sauté for a few seconds to coat the idlis with the spices.

Drizzle some ghee and squeeze lime juice over the mixture. Turn off the flame and mix well to combine.

Avoid cooking for an extended period after adding lime juice, as it may result in a bitter taste.

SUDOKU ANSWER

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

SUDOKU GAME

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

விடுகதை விளையாட்டு

1. சரி என்றாலும் அழிப்பான் தவறு என்றாலும் அழிப்பான் - அவன் யார்?
2. ஒளி கொடுத்து அழைப்பான் உரையாடலில் துளைப்பான் - அவன் யார்?
3. ஆட்டிவிட்டால் ஆடுவான் ஆடாவிட்டாலும் தொங்குவான் - அவன் யார்?
4. மண்ணெடுத்து கூடுகட்டும் மரம் அழித்து உயிர் வாழும் - அவன் யார்?
5. சிதறிக் கிடக்கிறது புள்ளிகள் சித்திரம் வரைய ஆளில்லை - அது என்ன?
6. ஒன்பது பிள்ளைக்கு ஒரே குடுமி - அது என்ன?
7. கிணற்றைச் சுற்றி வெள்ளைக் கல் - அது என்ன?
8. கடிவாளம் போட்டால் காலிலே கிடக்கும் - அது என்ன?
9. படுத்து தூங்கினால் கண் முன் வரும் விழித்து பார்த்தால் மறைந்து ஓடும் - அது என்ன?
10. நீரிலேயே கொண்டாட்டம் நிலத்திலே திண்டாட்டம் - அது என்ன?

தமிழோடு விளையாடு!

வார்த்தை தேடு

கட்டத்தில் உள்ள எழுத்துக்களில் 15 கால நிலைகளின் பெயர்களை கண்டுபிடியுங்கள்.

மா	ரி	கா	ல	ம்	ழை	ம	வ	ரு	ப
சொ	ர்	ண	வா	ரி	பா	ம்	ச	ன்	மு
து	ர்	வ	கா	ல	ம்	ஊ	ஈ	ஆ	கா
வ	ர	ண்	ட	கா	ல	ம்	இ	வா	ல
ற்	ர்	பி	சா	ண	ம்	ம்	ம்	னி	நி
னி	ளி	ம்	ர்	ம்	ம்	ல	ல	லை	லை
வே	கு	ப	தி	த	ல	கா	கா	எ	எ
ள	ஒ	ப்	யு	ந்	கா	வ	வ	ஏ	ஐ
இ	ஔ	வெ	லை	ச	டை	ரு	ரு	ஈ	ஔ
இ	இ	இ	இ	வ	கோ	ப	ப	ஆ	ஐ

சென்ற வார சொல் விளையாட்டு விடைகள்

1.மணமகன் 2.கடற்கரை
3.அடிதடி 4.கங்கணம்
5.அரசமரம் 6.பள்ளங்கள்
7.வெட்டவெளி 8.தர்பார்

சென்ற வார விடுகதை விளையாட்டு விடைகள்

1.முடி 2.விறகு
3.ஒட்டகம் 4.நெருப்பு
5.செருப்பு 6.செருப்பு

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.

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

TNBIL04133 R.Dis.No.1845/2014

CHUTTIES CORNER

தனித்திறமை பகுதி

CUBE MOSAIC ART

Joshua Daniel
Class 6
St. Theresa Bacq
Public School,
Bangalore.

HAIR STYLE

HAND CRAFT

படத்தில் உள்ள 10 வித்தியசங்களை கண்டுபிடியுங்கள்...!

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