கொவன்றி தமிழர் நலன்புரிச் சங்கம்
Coventry Tamil Welfare Association

http:// HYPERLINK http://www.tamils.org.uk
www.tamils.org.uk
Email: coventrytamils2002@gmail.com

தலைவர்:- உயர்திரு க.அரியரத்தினம். 07823535094

மாசி மாத இதழ்
NEWS BULLETIN
FEBRUARY 2020
ஆக்கம்:- ஸ்ரீ.பகீரதன்

நாள்	நிகழ்வு
04/01/2020	தமிழ்ப் பாடசாலை மீண்டும், சகல வளங்களையுமுடைய புதிய பாடசாலையான **President Kennedy School, Rookery Lane, Coventry CV6 4GL** ல் காலை 9:45 மணிக்குப் பாடசாலைக் கீதத்துடன் ஆரம்பித்து நடைபெற்று வருகின்றது.
21/03/2020	பிரித்தானியத் தமிழ்ப் பரீட்சைச் சபையின் பரிசளிப்பு நிகழ்வு எமது பாடசாலையில் இடம்பெறும்.
11/04/2020 -25/04/2020	இரண்டாம் தவணை விடுமுறைக்காகத் தமிழ்ப் பாடசாலை நடைபெற மாட்டாது. கலைப் பாடங்கள் வழமைபோல் நடைபெறும்.
02/05/2020	மூன்றாம் தவணைக்காகத் தமிழ்ப் பாடசாலை மீண்டும் ஆரம்பமாகும்.
19/12/2020	கொவன்றி தமிழர் நலன்புரிச் சங்கத்தின் ஆண்டு விழா நடைபெறும்.

உலகை உலுக்கி வரும் கொரோனா வைரஸ்

கொரோனா வைரஸ் பல ஐரோப்பிய நாடுகளிலும் மிக வேகமாகப் பரவி வருவதாக அறியமுடிகின்றது. எனவே அவசரமான, மிகவும் தீவிரமான, முக்கியமான தகவல்.

நீங்கள் இந்த வைரஸால் பாதிக்கப்பட்டால், அதற்கான மருந்து கண்டுபிடிக்கப்படும் வரை, எந்த சிகிச்சையும் இல்லை. இது சீனாவிலிருந்து பல்வேறு நாடுகளுக்குப் பரவுகிறது. யுனிசெப் நிறுவனத்தின் அறிவுறுத்தல்களின் படி கொரோனா வைரஸ் 400-500 மைக்ரோ விட்டம் அளவில் உள்ளது. எந்த முகமூடியும் (***Mask)*** அதன் நுழைவைத் தடுத்து விடும். அதனால் சாதாரண முகமூடியையே பயன்படுத்தலாம்.

வைரஸ் காற்றில் கலப்பதில்லை. அதனால் கொரோனா காற்றின் மூலம் பரவுவது இல்லை. ஆனால் தரையில் படியும். அதனால் நம் வீட்டு, அலுவலக தரைகளை அவ்வப்போது சுத்தமாக துடைப்பது நலம்.

கொரோனா வைரஸ் ஒரு உலோக மேற்பரப்பில் விழும்போது, 12 மணி நேரம் வாழும். எனவே அவற்றைத் தொட்டால் சோப்பு மற்றும் தண்ணீரில் கைகளைக் கழுவுங்கள்.

கொரோனா வைரஸ் துணிகளில் படியும் போது 9 மணி நேரம் இருக்கும். எனவே துணிகளை துவைப்பதும் அவற்றைக் காய வைப்பதும் போதுமானது.

வைரஸ் நம் கைகளில் பட்டால் 10 நிமிடங்கள் உயிரோடு இருக்கும். எனவே அல்கஹோல் சானிட்டீசரை பாக்கெட்டில் வைத்திருப்பது நல்லது.

கொரோனா வைரஸ் 26-27 °***c*** வெப்பநிலையில் வெளிப்பட்டால் அது கொல்லப்படும். அது வெப்பமான பகுதிகளில் உயிர் வாழாது. சூடான நீரை அவ்வப்போது பருகுவது நல்லது. ஐஸ்கிரீம் மற்றும் குளிரூட்டப்பட்ட உணவுகளையும் தவிருங்கள்.

வெதுவெதுப்பான உப்பு நீரால், நீர் தொண்டையில் படுமாறு அடிக்கடி கொப்பளியுங்கள். உங்கள் தொண்டையை வறண்டு போக விடாதீர்கள். எப்பொழுதும் தொண்டையினை ஈரப்பதமாக வைத்திருங்கள். தாகத்தைத் தாங்கிக் கொள்ளாதீர்கள், ஏனென்றால் உங்கள் தொண்டையில் உள்ள சவ்வு காய்ந்தவுடன், வைரஸ் 10 நிமிடங்களுக்குள் உங்கள் உடலில் படையெடுக்கும். ஒவ்வொரு முறையும் உங்கள் தொண்டை வறண்டு இருப்பதாக நீங்கள் உணர்ந்தால், காத்திருக்க வேண்டாம், தண்ணீரை கையில் வைத்திருங்கள்.

நெரிசலான இடங்களுக்குச் செல்ல வேண்டாம், குறிப்பாக ரயில் அல்லது பொதுப் போக்குவரத்தில் தேவைக்கேற்ப முகமூடி அணியவேண்டும்..

வறுத்த அல்லது காரமான உணவைத் தவிர்த்து, விட்டமின் சி அதிகம் உள்ள உணவுகளை உண்ணவும்.

அடிக்கடி கைகளைச் சோப்புப் போட்டு 20 நொடிகளாவது நன்கு தேய்த்துக் கழுவுங்கள். கைகளைக் கழுவாமல் உங்களுடைய கண்கள், மூக்கு மற்றும் வாய்ப்பகுதியைத் தொடுவதைத் தவிர்த்திடுங்கள்.

உடல் நலம் குன்றியவர்களிடம் நெருக்கமாக இருப்பதைத் தவிர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

ஒருவேளை தொற்றுப் பரவிவிட்டாலோ, நோய்த்தொற்று இருப்பதாக உணர்ந்தாலோ அறிந்து கொண்டாலோ வீட்டை விட்டு வெளியில் செல்லாதீர்கள். மற்றவர்களை உங்களுக்கு அருகில் நெருக்கமாக வைத்துக் கொள்ளாதீர்கள்.

சுற்றியுள்ள பொருட்களையும் இடங்களையும் தூய்மையாக வைத்துக் கொள்ளுங்கள். தும்மல் மற்றும் இருமல் வரும்போது வாய் மற்றும் மூக்குப் பகுதியை துணி அல்லது ரிஷு கொண்டு மூடிக் கொள்ளுங்கள்

அறிகுறிகள்

1.மீண்டும் மீண்டும் அதிக காய்ச்சல்.
2.காய்ச்சலுக்குப் பிறகு நீடித்த இருமல்.
3.குழந்தைகள் மிகவும் சுலபமாகப் பாதிக்கப்படுகின்றனர்
4.பெரியவர்கள் தலைவலி மற்றும் முக்கியமாக சுவாச பிரச்சினை சம்பந்தப்பட்டதாக உணர்வீர்கள்
5: அதிகத் தொற்று.

நல்வாழ்த்துக்களும் பாராட்டுக்களும்!

16/02/2020 அன்று நடைபெற்ற, ***OFAAL*** விருது வழங்கும் நிகழ்வில், கொவன்றி தமிழர் நலன்புரிச் சங்கத்தின் பாடசாலை மாணவர்கள், பரதநாட்டியம், கர்நாடக சங்கீதம், மிருதங்கம் ஆகிய துறைகளில் கற்கைநெறிகளை முடித்துக் "கலாஜோதி" பட்டத்தினைப் பெற்றுள்ளார்கள்.

அந்த வகையில், பரதநாட்டியத்தில் ஆசிரியர் திருமதி சத்தியகௌரி ஜெயசீலன் அவர்களின் மாணவர்களான செல்வி முகூர்த்தா துறைவன் (2017), செல்வி சுவேதா சுதாகரன்(2018), செல்வி இலக்கியா ரட்ணம், (2019), செல்வி சோபிகா ரஞ்சன் (2019), ஆகியோரும்,

கர்நாடக சங்கீதத்தில், ஆசிரியர் திரு தீனதயாளன் பத்மநாதன் அவர்களின் மாணவி செல்வி கனகா சர்வானந்தலிங்கம் *(2019)* அவர்களும்

மிருதங்கத்தில் ஆசிரியர் திரு பிரகாஷ் அவர்களின் மாணவன் செல்வன் சிவனுஜன் சிவநேசன் (2019) அவர்களும்









மேலும் எமது பாடசாலையின் சிரேஷ்ட மாணவி செல்வி வாரணி சரவணதாசன் அவர்களும் வயலின்*(2017)* "கலாஜோதி" விருதினைப் பெற்றுள்ளார்கள்.

இவர்கள் அனைவருக்கும், இதுவரை காலமும் கொவன்றி தமிழர் நலன்புரிச் சங்கத்தின் தமிழ்ப் பாடசாலையில் கல்வி கற்று *"**கலாஜோதி**"* விருதினைப் பெற்ற அனைத்து மாணவர்களுக்கும் நெஞ்சம் நிறைந்த நல் வாழ்த்துக்களையும், பாராட்டுக்களையும் அன்போடு தெரிவித்துக் கொள்கின்றோம்.

நடைபெற்ற நிகழ்வுகளின் சில பதிவுகள்

22/02/2020 அன்று கொவன்றி ஸ்ரீ சித்திவிநாயகர் ஆலய ஆண்டுவிழா நிகழ்வில், கொவன்றி தமிழர் நலன்புரிச் சங்கத்தின் தமிழ்ப் பாடசாலை மாணவிகள் பரதநாட்டிய நிகழ்வினை வழங்கியிருந்தனர்.



22/02/2020 அன்று "**ஒரு பானை**" அமைப்பால் ஒழுங்கமைக்கப்பட்டுக் கொவன்றி மாநகரில் நடைபெற்ற "மெல்லிசை விருந்து" நிகழ்விற்குக் கொவன்றி தமிழர் நலன்புரிச் சங்கம் இணை அனுசரணை வழங்கியிருந்தது.



ஒரு புத்தகத்தின் சுயசரிதை

பல நாட்களுக்குப் பின் அன்றுதான் என் எசமானி என்னை எடுத்துப் படிக்கத் தொடங்கினாள். எனது உடம்பில் பல பாகங்கள் கிழிந்ததால், காயம் ஏற்பட்டிருந்தது.

இரண்டு நிமிடம் படித்ததுமே, என்னுள் இடம் இல்லை ஆகையால் என்னை குப்பையில் போடவேண்டும் எனகூறிவிட்டு, என்னை ஓர் மூலையில் எறிந்தாள். நான் எனது அவல நிலையைக் கண்டு கண்ணீர் வடித்தவண்ணம் எனது முற்கால சந்தோசமான வாழ்கையை நினைத்துப் பார்க்கிறேன்.

பிரான்ஸ் தேசத்தில் உள்ள ஓர் ஊரில் பெரிய அச்சகத்தினுள் நூற்றுக்கணக்கான தொழிலாளிகள் வேலை செய்து கொண்டிருந்தார்கள். அங்கேதான் என்னையும் என் நண்பர்களையும் உருவாக்கினார்கள்.

முதலாவதாக, அவர்கள் பல்வேறு இயந்திரங்களைப் பயன்படுத்தி விறகுகளை காகிதமாக மாற்றுவார்கள். அவை தான் எம் உறுப்புக்கள் ஆகும். அதன் பிறகு அவர்கள் வரிகளைக் காகிதத்தில் அச்சிடுவார்கள், பின்னர் அவர்கள் ஓர் முன் அட்டையையும் பின்புற அட்டையையும் சேர்க்கிறார்கள். இவை எமது தோல் மற்றும் சதை ஆகும். ஒரு கப்பலில் என்னையும், என் நண்பர்களையும் ஏற்றி அனுப்பினார்கள்.

நாங்கள் ஒரு கிடங்கினுள் வந்து இறங்கினோம். எங்களின் வரவை பார்த்துப் பல வியாபாரிகள் ஆவலுடன் காத்திருந்தார்கள். அதில் ஒருவர் என்னையும் என் நண்பர்களையும் வாங்கி தன் கடையில் பார்வைக்காக அழகுடன் அடுக்கி வைத்தார். கடைக்கு வந்த ஓர் அழகிய சிறு பெண் விருப்பமுடன் என்னை வாங்கினாள்.

தினமும் என்னைப் பள்ளிக்கு அழைத்துச் சென்று என்னிடம் எழுதுவாள். நானும் என் சேவையை மகிழ்ச்சியுடன் செய்துகொண்டிருந்தேன். திடீரென்று ஒரு நாள், என் காகிதங்களில் இடம் இல்லை. இதனால் கவலைப்பட்ட என் எசமானி என்னை ஓர் அலமாரியில் வைத்துப் பூட்டினாள். அதற்குப் பின் இன்றுதான் என்னை எடுத்தாள். "நான் இனி உதவ மாட்டேனா? ஐயோ கடவுளே" என்று அழுது கொண்டே, எனது நாட்களை எண்ணிக் கொண்டு இருக்கிறேன்.

நன்றி

செல்வி இஷாபூர்ணிக்கா வெங்கடேஷ்
தரம் - 6