# உறவு URAVU

ஆசிரியை: சீதா இராமநாதன் Editor: Seetha Ramanathan

**தமிழ் மூத்த பிரசைகள் சங்க (நி ச வே) செய்திமடல்**

## Newsletter of the Tamil Senior Citizens' Association (NSW) Inc.

Volume 14 March 2005 Number 3

**We wish you and your families**
**A**
**A Peaceful and Prosperous Tamil New Year**

**நாங்கள் உங்களுக்கும் உங்கள் குடும்பத்தினருக்கும்**
**மகிழ்ச்சிகரமான தமிழ்ப் புத்தாண்டு**
**அமைய வேண்டுமென்று வாழ்த்துகிறோம்**

✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧

**2004**

**JANUARY**
**Thai Pongal Celebrations**
Scheduled to be held on Saturday 15 January 2005 was postponed in view of the Tsunami disaster in Eelam to Sunday, 13 March 2005.

**Tsunami Appeal**

We made an appeal to our members to contribute to the rehabilitation and relief of Tsunami victims in the north and east of Sri Lanka.

The response was overwhelming and the concern exhibited by our members towards those in less fortunate circumstances was tremendous.

In all we collected $ 11341.86 and allowing for postage expenses we were able to donate $ 11,175.00.

We must also note that there were some members who donated through us to the needy utilising their Sri Lankan Rupee accounts. And others who had given through other sources and yet made contributions to our appeal too.

With the contribution made to the appeal of the BENSOC of net $ 5850.00 the Tamil seniors have contributed in total almost $17,000.

We are indeed proud of our members.

**Members' Day – Thursday, 27 January**

வயது முதிர்ச்சியும் நினைவுத் தளர்ச்சியும் –

Ageing and Dementia -
Dr.N.Nagaratnam MD, MRCP, FRCP Specialist Physician

## The Brain in Normal Aging and in Dementia

### -I cannot remember
**Dr Nages NAGARATNAM ,Consultant Physician**

How often have some of us at some time or other responded by saying, *'I cannot remember, just can't remember'* when trying to recall something from the past. This is not uncommon, in fact it is very common in the elderly more so the very elderly. This may be a part of normal aging and what is known as'*simple forgetfulness'* or '*age-associated forgetfulness'.* On the other hand it could be a sign of a more serious illness called *dementia.*' An anecdote told of this- two elderly women attended a wedding in the morning and that evening were having tea in a restaurant and a third woman appears at the doorway, The first woman tells her friend, 'do you remember seeing this woman at the wedding, she was wearing a lovely blue sari but I cannot remember the colour of the blouse, do you' Her friend replied, 'Which wedding?'. (One could not remember only the details, the other the whole event).

Normal Brain and Function

Men's brain weigh more on average than women's brain –about 1400g against 1250g. There is little evidence however to suggest that brain size is directly linked with intelligence. (Albert Einstein's brain weighed 1230g).The brain is composed of up to *one trillion nerve cells,* one hundred billion of

them are the *neurons* (specialised nerve cells) and the remainder are supporting cells. We have known for a long time that different areas of the brain are used for different activities-memory, language, problem-solving and so on. Although all human brains are very similar there are small differences in the way the brain is organized between one person and another.

What happens to the brain in normal aging?

The brain *weight decreases with normal aging*. It *atrophies* (shrinks) and *loose as much as 100,000 neurons a day*. The preponderance of lost neurons due to age would determine whether individuals age healthily or not with normal aging. With normal aging *physically related function and cognitive function* (processes of knowing, understanding, awareness, judgment, decision-making *decline* which includes memory, executive function, attention and so on. Aging implies inevitable changes. *Successful aging* like successful living mean the ability of the elderly to adjust to the continuous changes and learn to cope with the specific limitations.

Dementia

Dementia is *pathological (abnormal) aging*. Dementia is a brain disease and has a *chronic* or *progressive* nature and *affects several cognitive domains* such as memory, thinking capacity, understanding, learning, calculation and language difficulties. There is *change in personality and behavior*. This cognitive decline has a *negative effect on activities of daily living,* like bathing, grooming, dressing and so on. There are *different types of dementia,* Alzheimer's, vascular (after strokes), alcohol amongst several others. Alzheimer's is the commonest. There is no single laboratory test to diagnose dementia. The *diagnosis is a clinical one based on the history and examination.* It is necessary to clear *two misconceptions*. (1). Normal aging is the cause of dementia. It is not true and (2) one has to be old to have dementia. It is not true and dementia can occur in the young.

**இயற்கையாக மூப்படைந்தபோதும் "டிமென்சியா" நோயுற்ற போதும் மூளையின் செயற்பாடு**

ஒருவர் இயற்கையாக மூப்படையும் பொழுதும் 'டிமென்சியா' எனனும் நோயுாற் பாதிக்கப்பட்ட பொழுதும் அவரின் மூளை எப்படிச் செயற்படும் எனபதைப்பற்றி வைத்திய கலாநிதி நாகேஸ் நாகரத்தினம் அவர்கள் விளக்கமாக உரை நிகழ்த்தினார்.

நடந்து முடிந்தவிட்ட விடையங்கள் – நகழ்ச்சிகள் முதலியவற்றை நினைவு கூறுவது சிலருக்குச் சிரமமாக இருக்கலாம். இயற்கையாக மூப்படைந்து வருபவர்களுக்கு அதுவும் அதி மூப்பு அடைபவர்களுக்கு சாதாரண மறதி நிலையோ அல்லது வயது தோடர்புள்ள மறதி நிலையோ ஏற்படலாம். இது சாதாரணமான தென்று என்று நாம் அவதானிக்கக் கூடியதாக உள்ளது. ஆனால் 'டிமென்சியா' என்னும் கடுமையான நோயால் பீடிக்கப்பட்டவருக்கும் இந்த ஞாபக மறதி நிலை ஏற்படலாம். சாதாரணமான மனித மூளையின் எடை ஆண்களுக்குக் கிட்டத்தட்ட 1400 கிராமும் பெண்களுக்கு 1250 கிராமும் ஆக இருக்கும். மூளையின் எடையைப் பொறுத்தே ஒருவரின் புத்தி சாதுரியம் இருக்கும் என்பதை வரையறுத்துக் கூறுவதற்கு மிகவும் சிறிதளவு ஆதாரமே உள்ளது. மனித மூளையில் trillion உயிர் அணுக்கள் காணப்படுகின்றன. இவற்றில் 100 billion உயிர் அணுக்கள் நியுரோண்ஸ் னெப்படும் விசேட உயிர் அணுக்கள் ஆகும். மிகுதியான உயிர் அணுக்கள் இந்த நியுரோண்ஸ் களைத் தாங்கும் உயிர் அணுக்களாக இயங்குகின்றன.

மூளையின் ஒவ்வொரு பாகமும் ஞாபக சக்தி, மொழி, பிரச்சனை தீர்வு, போன்ற வித்தியாசமான தொழிற்பாட்டடைக் கொண்டதாக இருக்கும். அனேகமாக எல்லா மனித மூளைகளும் அமைப்பில் ஒரே மாதிரி இருந்தாலும் மூளையின் செயற்பாட்டில் ஆளுக்கு ஆள் வேறுபாடு காணப்படும்.

மூப்படையும் பொழுது ஒருவருக்கு மூளையின் எடை குறைகின்றது. மூளை சுருக்கம் அடைந்து வரும் பொழுது ஒரு நாளைக்கு சுமார் ஒரு இலட்சம் நியுரோண்ஸ்கள் குறைவடைகின்றன,இப்படி மூப்படையும் பொழுது குறைந்து வரும் நியுரோண்ஸ்களின் தன்மையைப் பார்க்கும் பொழுது ஒருவர் இயற்கை ஆரோக்கியமாக மூப்படைகிறாரா இல்லையா என்று தீர்மானிக்க முடிகிறது.

இயற்கையாக மூப்படையும் பொழுது உடல் சம்பந்தப்பட்ட செயற்பாடுகளும் மூளை சம்பத்தப்பட்ட செயற்பாடுகளும் படிப்படியாகக்குறைந்து வரும், தெரிந்தறிதல், விளக்கம், விழிப்புணர்வு, தீர்ப்புக்கூறுதல், தீர்மானித்தல் முதலியவற்றில் ஒருவர் மூப்படையும் பொழுது ஏற்படும் மாற்றங்கள் தவிர்க்க முடியாதவை ஆகும்.

வெற்றிகரமாக மூப்படைதல் வெற்றிகரமாகச் சீவித்தல் போன்று தொடர்ந்து வரும் மாற்றங் களுக்கு முதியவர் தங்களைச் சரி செய்வதுடன் குறிப்பாக வரையறுக்கப்பட்டு வரும் நிலைகளுக்கு ஈடுகொடுக்கப் பழகிக் கொள்ளுவதல் ஆகும்.

'டிமென்டசியா' என்பது இயற்கையாக ஏற்படும் வயோதிப மறதி நிலை அல்ல. இது மூளையில் ஏற்படும் ஒருவித கடுமையான நோயாகும். இது படிப்படியாகத் தீவிரமைடைந்து நோயாளியின் மூளை சம்பத்தப்பட்ட செயற்பாடுகளைப் பாதிக்கும். உதாரணமாக ஞாபக சக்தி நினைவாற்றல், விளக்கம், கற்றல், கணக்கிடுதல், மொழி முதலுயவற்றைப் பாதிக்கும்.

நோயாளியின் ஆளுமையிலும், நடத்தையிலும் மாற்றங்கள் ஏற்படும். குளிப்பது, தலை சீவுவது, உடுப்பது ஆகிய நாளாந்த செயற்பாடுகளிலும் மாற்றங்கள்காணப்படும். 'டிமெனடசியா' வில் பல வகைகள் உள்ளன. இவற்றில் 'அல்சிமர்ஸ்' என்றும் டிமென்சியாதான் சாதாரணமானது. ஒருவருக்கு ஆரம்பித்த நோய் 'டிமென்சியா' நோயென்று நிரூபிப்பதற்கு ஆய்வுசாலை பரிசோதனை ஒன்றாவது இல்லை. நோயாளியின் சரித்திரத்தினாலும், பரிசோதனையினாலும் மட்டுமே இந்த நோயால் ஒருவர் பாதிக்கப்பட்டுள்ளார் ரென்று கண்டுபிடிக்க முடிகிறது. இரண்டு தவறான கருத்துக்களைத் தெளிவு செய்ய வேண்டும். இயற்கை யாக மூப்படைவது தான் 'டிமென்சியா'வுக்குக் காரணம் என்பது தவறானதாகும். அத்துடன் இந்த வருத்தம் வயோதிபருக்கு மட்டும் தான் வருவதென்றல்ல. இளம் பிள்ளைகளுக்கும் இந்த நோய் வரலாம் என்பது தான் உண்மை.

**FEBRUARY**

**FEBRUARY**

**Sunday, 20 February 2004** - **Excursion** to Hare Krishna centre and the Hunter Valley

With wide speculation about the weather, the journey commenced at 8.30 am as scheduled from Strathfield Square. A full coach load was present. The weather was cold and fine. It was cloudy but no rainfall. After an hour's drive, we stopped for a tea break. There were plenty of short eats provided and some were brought by participants. We resumed our journey, to the HARE KRISHNA ASHRAM. By 12.00noon we reached Gotula Farm. It is a different world. The spirited atmosphere was apparent, when we heard the "SADHUS' singing devotional songs. The "Aarti" went on for about 45 mins. Thereafter we were served with a sumptuous vegetarian lunch which was enjoyed by all. After relaxing for a while enjoying the surroundings, we left in search of vineries.

First we visited "Tinklers Vineyard" one of the oldest winery in the Hunter Valley. This winery is along the Pokolbin Mountain Road. At a distance we were able to see the famous "Broken Back Range". At the winery we tasted some special wines. There was available seasonal fresh farm grown produce and home made jams, pickles etc.

The return journey was pleasant with cool rain falling and in the coach we enjoyed a Tamil movie 'Salangai Oli", arriving back at Strathfield Square a little tired but happy at 6.30 pm.

The success of the excursion to the Hare Krishna Ashram and the vineyard was entirely due to the untiring efforts of Sanmugam Tharmapalan and Charles Rajendram, particularly in rustling up participants at short notice.

**Members' Day - 24 February, Thursday, -**

1. Marisa Luongo, Community Worker Aged & Disability Services, Strathfield Council spoke on "Community Services and facilities for the aged."

ஸரத்பீல்டு நகர சபை சமூக சேவை அதிகாரி திருமதி மரீசா லுங்கோ, சமூகசேவையும் வயோதிபருக்கு தரப்படும் சலுகைகளும் பற்றி உரையாற்றினார்

Meals on Wheels – தனியே உதவியில்லாமல் இருக்கும் வயோதிபருக்கு குறைந்த செலவில் உணவு வீடுகளுக்கு கொண்டுபோய் வழங்குதல்

Respite Services - வாரத்தில் 3 நாட்கள் இயலா வயோதிபருக்கு வெளியே சென்று உலாவுவதற்கு சேவை.

Home Care and shopping - இயலாத மூத்தோருக்கு வீடு துப்பரவு செய்ய, banking, shopping உதவிகள்

Garden maintenance and lawn mowing – குறைந்த செலவில்

Home modification to suit disabled seniors - வைத்திய ஆலாசனையின்படி வீட்டில் பிடித்து நடக்க rails to toilet etc.

Hospital Aged Care Assistance, Transport to hospital.

முதலிய சேவைகளை மாநகரசபைமூலம் மூத்தோர் பெறலாம்.

2. **காவலூர் இராசதுரை** அவர்கள் "எனது இலக்கிய அனுபவங்கள்" என்ற தலைப்பில் உரையாற்றினார்.

3. சி சு நாகேந்திரன் அவர்கள் தான் எழுதிய "அந்தக் காலத்து யாழ்ப்பாணம்" என்னும் நூலை சங்க அங்கத்தவர்ளுக்கு அறிமுகங் செய்துவைத்தார். "முதியோன்" என்ற புனை பெயரில் எழுதப்பட்டு 'கலப்பை சஞ்சிகை' யில் தொடர்ச்சியாக பிரசுரிக்கப்பட்ட கட்டுரைத் தொகுதிகளை ஒன்றுசேர்த்து கலப்பை ஆசிரிறர்குழு ஒரு புத்தகமாக வெளியிடப்பட்ட நூலே இதுவாகும்.

ஏறக் குறைய எழுபது, எண்பது ஆண்டுகளுக்கு முன்னர் யாழ்ப்பாணத்திலுள்ள சில கிராமங்களில் நடைமுறையிலிருந்த பழக்கவழக்கங்கள், நிகழ்வுகள் இன்றையவற்றிலிருந்து வேறாக இருந்தன. இவை குறித்து இப்பொழுது வாழ்ந்து வரும் தமிழருக்கு அதிலும், குறிப்பாகப் புலம் யெர்ந்த தமிழ் மக்களுக்கு, அறியத்தரலாமோ என்னும்வேட்கை என்னுள் உதித்தது. அதனால் '**அந்தக் காலத்து யாழ்ப்பாணம்**' என்னும் பரந்த தலைப்பின் கீழ் , சிறு சிறு பகுதிகளாக எழுத மேற்கொண்டேன். எல்லாக்கிராமங்களுக்கும் எல்லோரும் போக முடியாதுதானே! நான் போய்ப் பழகிய கிராமங்களில் கண்ட, கவனித்த, விடையங்களைப்பற்றியே இங்கு தர முயல்கின்றேன்.

இக்கைநூலில் நான் எழுதியிருப்பது அந்தக்காலத்து நிகழ்ச்சிகள், நடைமுறையிலிருந்த பழக்க வழக்கங்கள், நாட்டு நிலமை முதலியவை பற்றியதாகும். அவற்றை இக்காலத்தில் யாழ்ப்பாணத்திலுள்ள நாட்டு வழக்கங்களோடு ஒப்பிடும்பொழுது பல முரண்பாடுகள் வாசகர்கள் மனதில் தோன்றக்கூடும். அவற்றிற்கெல்லாம் காலத்தின் தேவைகளும் மாற்றங்களும்தான் காரணம். சில மாற்றங்கள் சமூகத்துக்கு நன்மையான புரட்சியையும் கொண்டுவந்திருக்கின்றன என்பதைச் சொல்லி வைக்க விரும்புகிறேன். இவ்வாறு சி சு நாகேந்திரன் தனது உரையில் குறிப்பிட்டார்.

**BENSOC – Saturday, 26 February**

The AGM of the BENSOC was convened on Saturday, 26th February 2005, in the Homebush Boys High School hall.

There being no quorum the meeting was adjourned to **10.00 am on Thursday, 10 March 2005** at the Strathfield Community Centre.

Since the meeting was adjourned and time permitting, an informal and useful discussion among members present was held. This gave an opportunity to the members to express their views on various issues in relation to the BENSOC.

The adjourned meeting held on Thursday, 10 March 2005:

The resolution, of which notice had been given, that the maximum Death Benefit payable be reduced to $ 4,000, was tabled. After many members had expressed their views, on this resolution, Mr T Visuvanathan sought to withdraw the resolution. On the House agreeing, the President declared that the resolution was being treated as withdrawn.

The following office bearers were elected to the Board of Trustees:
President Mr. Samy Pasupati ☎ 96396707
samyandisha@optusnet.com.au
Secretary Mr. K Thillainathan ☎ 97063454
arunanthy@optusnet.com.au
Asst Secy: Mrs. I Satkunananda ☎ 97451282
satrani@bigpond.com.au
Treasurer: Mr. G Santhiran ☎ 96423557
santhi_s@yahoo.com
Asst Treasurer: Mr. P Thambirajah ☎ 97492226
rajahpt@yahoo.com.au

Returning Officer: Mr. Arun Sivathondan
Honorary Auditor: Mr Arun Sivathondan

Representatives from the Association:
Col. V Ramanathan ☎ 98754217 rama1931@hotmail.com
Mr S Ponmailainathan ☎ 97443413

நலன்புரிச்சங்கத்தின் ஆண்டுப் பொதுக்கூட்டம் 2005 மார்ச் 10 வியாழனன்று சமூக நிலையத்தில் நடைபெற்றது. அன்று தர்மகர்த்தா சபையின் உறுப்பினர்கள் தெரிவு செய்யப்பெற்றனர்.

**MARCH**

**Grandchildren's Day – Sunday, 13 March** is postponed to Sunday 15 May 2005.

**Thai Pongal celebrations** was held on this day Sunday 13 March 2005 in the Homebush Boys High School.

**தைப்பொங்கல் விழா**

ஒவ்வொரு வருடமும் தை மாதம் 1ம் திகதி தமிழராற் கொண்டாடப்படுவது தைப்பபொங்கல் விழாவாகும். உழவர் நெல் அறுவடையின் போது புது நெல்லிலிருந்து எடுத்த புத்தரிசி கொண்டு பொங்கல் செய்து சூரிய பகவானுக்குப் படைத்து நன்றி செலுத்துவார்கள். நியு சவுத் வேல்ஸ் மூத்த பிரசைகளாகிய நாமும் வருடா வருடம் தைப்பொங்கலைச் சிறப்பாகக் கொண்டாடுவோம்.

ஆயினும், கடந்த ஆண்டு டிசெம்பர் 26ந் திகதி இலங்கையில் ஏற்பட்ட ஆழிப் பேரலை அனர்த்தத்தால் அல்லலுற்ற நம் அன்புச் சகோதரர்களின் துன்பத்தை நாமும் பகிர்ந்து கொண்டதால் தைப்பொங்கல் விழாவைத் தை மாதம் வைக்காது மார்ச் மாதம் 13ந் திகதியன்று சிறப்பாகக் கொண்டாடினோம்.

தமிழ் மூத்த பிரசைகள் சங்கத்தின் (நி ச வே) தலைவர் திரு சிவா பசுபதி அவர்களின் தலைமையில் ஸோம்புஷ் ஆண்கள் உயர்தர பாடசாலை மண்டபத்தில் பினனேரம் 5.30 மணிக்கு தைப்பொங்கல் விழா ஆரம்பமானது.

பிரதம விருந்தினராக ஸ்ரத்பீல்டு மாநகர உதவி மேயர் எலிசெபெத் கெவாண்ட் அம்மையார், கடந்த ஆண்டின் தலைவர் கேணல் இராமநாதன் திருமதி சீதா இராமநாதன், தலைவர் திரு சிவா பசுபதி திருமதி புனிதம் பசுபதி ஆகியோர் மங்கள விளக்கேற்றி நிகழ்ச்சிகளை ஆரம்பித்து வைத்தனர்.

இதைத் தொடர்ந்து எம் சங்க அங்கத்தவர்கள் தமிழ் தாய் வாழ்த்துப் பாடினார்கள். திருமதி பத்மினி இரத்திநேசர் அவர்கள் அவுஸ்திரேலிய தேசிய கீததைத அருமையாகப் பாடினார்.

பிரதம விருந்தினரையும் விழாவிற்குச் சமூகளித்த அனைவரையும் வரவேற்று உரை நிகழ்த்திய சங்கத் தலைவர், தம் உரையில் உதவி மேயர் எலிசெபெத் கெவாண்ட் அம்மையார் அவர்கள் எமது சமூகத்தில் வைத்திருக்கும் நட்பையும் ஒத்தாசைகளையும் வெகுவாகப் பாராட்டினார். நிகழ்ச்சிகளைத் தயாரிப்பாளராக கலாசார நிகழ்வுக்குப் பொறுப்பான டாக்டர் பாரதி அவர்களுக்கு நன்றி கூறினார்.

அடுத்து மூத்த மாதர்களாகிய திருமதிகள் வாசுகி மகாதேவன், ஜீவா நவரத்தினம், நீற்ரா சத்தியமூர்த்தி ஆகியோரால் பொங்கற் பாடலும், கும்மிப் பாடலும் நன்கு பாடப்பட்டன. இவ்விரண்டு பாடல்களையும் எம் அங்கத்தவரான டாக்டர் பாரதி அவர்கள் இயற்றியமை பாராட்டத்தக்கது.

இந்த விழாவில் பிற இன சமூகத்தவர்களையும் சேர்கும் நோக்கோடு ஏற்படுத்தப்பட்ட கலை நிகழ்ச்சியில் மூன்று சீனப் பெண்கள் சீனத்திய இரு நாடகங்களை ஆடி எல்லோரையும் மகிழ்வித்தார்கள்.

அடுத்து, டாக்டர் யசோதர பாரதி அவர்களின் மாணவிகள் விளக்கு நடனத்தைச் சிறப்பாக ஆடிக் காண்பித்தார்கள்

பின்னர் பிரதம விருந்தினர் ஸ்ரத்பீல்டு மாநகர உதவி மேயர் எலிசெபெத் கெவாண்ட் அம்மையார் தமது உரையில், இந்த உழவரின் நன்றி செலுத்தும் விழாவாகிய தைப்பொங்கலில் கலந்து கொள்வது தமக்கு மிகுந்த மகிழ்ச்சி தருவதாகக் குறிப்பிட்டார்.

அடுத்து டாக்டர் சிவரதி கேதீஸ்வரனின் மாணவியான செல்வி யதுகிரி லோகதாசனின் வாய்ப்பாட்டும் வீணை இசையும் கேட்போர் செவிகளுக்கும், மனங்களுக்கும் தேனாக இனிக்கும் வண்ணம் இசைமாரி பொழிந்தது. அவருடன் இணைந்து பக்க வாத்தியமாக மிருதங்க வித்துவான் சிவசங்கரும், தபேலா இசைக்கலைஞர் செல்வன் ஜங்கரன் காந்தராசாவும், இனிமையாக இசை வாசித்து இந்நிகர்ச்சியைச் சிறப்பித்தனர்.

இறுதி நிகழ்வாக லிங்காலய பொறுப்பாசிரியை ஆனந்தவல்லியின் மாணவி செல்வி அபிராமி சிறிகந்தாவின் பரத நாட்டியம் காண்போர் அனைவர்க்கும் கண்கொள்ளாக் காட்சியாக அமைந்தது.

திரு கே எஸ் திசைராசாவின் அருமையான நன்றி உரையைத் தொடர்ந்து அனைவருக்கும் பிரசாதம் வழங்கப்பட்டன. விழா இனிது நிறை வெய்தியது.

**Members'Day – Thursday, 17 March**

A limited over soft ball cricket match was played, between the Secretary's team and the Presidents' team, braving the rainy weather.

At the end of the cricket match trophies for the indoor games competitions finalised during the Seniors Week were awarded by Mrs Virginia Judge.MP. (Strathfield). Mrs. Bala gave away the Kanaganayagam trophy to the winners of the cricket match – the Secretary's team. The President in his

address thanked Dr Pathinather and Mr Murugesu for arranging and running the competitions to a successful conclusion.

**Association's Seniors Week**

Results of competitions

| **Winner** | **Runner up** |
|---|---|
| **Bridge Open** | |
| R Jegendran | S C Dickens |
| S Thillaivanan | K P Eswaran |
| **Carrom Singles** | |
| R.Jegendran | Dr.G.C.Pathinather |
| **Chess - men** | |
| D R Bartlett | G Santhiran |
| **Chess – women** | |
| Seetha Ramanathan | Saroja Nagarajan |
| **Draughts - Men** | |
| D R Bartlett | Dr. F J Ratnesar |
| **Draughts –Women** | |
| Seetha Ramanathan | Vasuki Mahadevan |
| **Scrabble** | |
| Tilaka Mylvaganam | W T Casinader |
| **Table Tennis Singles** | |
| S C Dickens | J J Rajanayagam |
| **Table Tennis Doubles** | |
| S C Dickens | Dr G C Pathinather |
| N C Rajanayagam | J J Rajanayagam |

✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧

**USED SPECTACLES – FOR EELAM**

We have been able to collect 89 used spectacles to be distributed among the needy free of charge in Eelam. Mr S Sivasegaram has sent these to Eelam in March and we thank all members who handed in these spectacles.

**STRATHFIELD SCHOOL
FOR SENIORS**

**UNITING CHURCH HALL
CARRINGTON AVEENUE, STREATHFIELD**

**School starts Friday 28 January 2005 from 9.00 am**

2005 PROGRAMME Fridays ONLY, DURING PUBLIC SCHOOL TERMS
28 Jan 05 to Apr 05; 29 Apr to 1 Jul 05; 22 Jul 05 to 23 Sep 05; 14 Oct 05 to 2 Dec 05

**CLASSES $5 TERM** covers all multi classes:-

**Music Appreciation**

**Painting in oils**

**History**

**Craft**

**Geography**

**Current Affairs**

**Gardening**

**Book Club**

**& Gentle Exercises + $2.50 week**

**Computing $15 TERM**

**3 Classes** – Fridays 8.00 to 10.30 (Beginners); 10.30 to 12.30; 12.30 to 2.30

**Learning can be fun**

**For more information 9642 1873 - 9642 4214**

**OLDER MEN: *NEW IDEAS* (OM:*NI*)**

An initiative of the Council on the Ageing (COTA)

Are you 55 years or older? Retired?
Wondering what the Future holds for you? Some men lose their source of identity when they stop working.

*You are invited to come along to be with other men in a similar situation. In attending an OM:NI Meeting you have the scope to meet other men and explore ways to enrich your life. A unique opportunity to make friends, find new interests, share experiences and create a sense of purpose in life.*

Meeting details

| | |
|---|---|
| When: | 2nd and 4th Wednesday of each month |
| Where: | Senior Citizens' Centre under the Epping Library, Chambers Court (off Pembroke St) Epping |
| Time: | 10.00 am to 12.30 pm including morning tea. |
| Parking: | Parking is available |
| Transport: | Short walk from Epping Station and buses |

For further Details: Call Jim 9876 1652 or John 9876 6024

**MEMBERSHIP REGISTER**

The Management Committee has removed 19 members from the Membership Register for non-payment of membership fees w e f 31 January 2005.

**அங்கத்தவர் பதிவேடு**

அங்கத்துவ கட்டணம் செலுத்தத் தவறிய, 19 பேர்களை நிர்வாகசபை பதிவேட்டிலிருந்து 2005 ஜனவரி 31 தொடக்கம் நீக்கியுள்ளது.

## MEMBERSHIP RENEWALS

**Membership fees, of $15 per member for the year 2004, are now long overdue.**

Membership Fees may be paid by cheque/postal order payable to "Tamil Senior Citizens' Association", or our account no. 2256 10173352 at Commonwealth Bank credited and the deposit slip or copy (with your name on it) posted to:

Mr. G Santhiran
Treasurer TSCA
6 Morgan Pl
Strathfield 2135

☎ 9642 3557.

Please note that members who lose their membership for non-payment fees will automatically lose their membership of the BENSOC and forfeit all payments made to the Society.

**அங்கத்துவம் புதுப்பித்தல்**

2004 ஆம் ஆண்டு அங்கத்துவ உரிமை அறவீடு டொலர் 15.00 கட்டும் தேதி காலாவதி யாகிவிட்டது. அங்கத்துவ உரிமை அறவீட்டினை "தமிழ் மூத்த பிரசைகள் சங்கம்" என ஆங்கிலத்தில் எழுதிக் காசோலை அல்லது தபாற் கட்டளையை அல்லது கொமன்வெல்த் வங்கியில் உள்ள எமது 2256 10173352 இலக்கம் கொண்ட எமது கணக்கிற் கட்டி பற்றுச்சீட்டினை அல்லது பிரதியை தங்கள் பெயருடன் பொருளாளர் திரு சந்திரன் அவர்களுக்கு அனுப்பி வைக்கவும்.

நலன்புரிச் சங்க அங்கத்தவர், தமிழ் மூத்த பிரசைகள் சங்கத்தின் அங்கத்துவத்தினை, அங்கத்துவ உரிமை அறவீட்டினை கட்டாத பட்சத்திலோ அல்லது வேறு காரணத்தினாலோ இழக்க நேரிடின், தமது நலன்புரிச் சங்க அங்கத்துவத்தினையும் தாம் அதுவரை காலமும் செலுத்தியிருந்த கட்டுப்பணத்தையும் இழந்து விடுவார்கள் என்பதைத் தயவுசெய்து மனதில் வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

### AGM – August 2005 - payment of fees

Please pay your fees for the year 2005 before 30 June 2005. Membership Fees will **not** be accepted at the AGM on 27 August 2005, as these are payable not later than the last Thursday preceding the date of the AGM.

Members are requested to co-operate and pay the membership fees early.

You could pay your membership fees through the bank or, on any Thursday at the Community Centre.

**வருடாந்தக் கூட்டம் 2005– கட்டணம்**

2005 ஆண்டிற்கான கட்டணத்தை வரும் ஜுன் 30க்கு முன்னதாகக் கட்டியுதவவும். 27ஆம் திகதி ஆகஸ்டு 2005 ஆண்டுப் பொதுக்கூட்டத்தன்று கட்டணம் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட மாட்டாது, ஏனெனில் கட்டணம் ஆண்டுப் பொதுக் கூட்டத் தேதிக்கு முதல்வரும் வியாழக் கிழமைக்கு் முன்பே கட்டப்படவேண்டும். வங்கியில் கட்டமுடியாதவர்கள் வியாழக்கிழமைகளில் சமூக நிலையத்திற் கட்டமுடியும்.

✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧

## APRIL

**Thursday, 14th April - Tamil New Year -**

10.30 am Special Prayers and religious rites at Sydney Murugan Temple on Wednesday, 14th April to usher in the Tamil New Year. All Seniors and well wishers are invited to get Lord Murugan's Blessings.

**தமிழ்ப் புத்தாண்டு வழிபாடு**

சித்திரைத் தமிழ்ப் புத்தாண்டு எதிர் வரும் ஏப்ரல் மாதம் 14 ஆம் தேதி வியாழக்கிழமை பிறக்கின்றது. அன்று காலை 10.30 மணிக்கு சிட்னி முருகன் கோயிலிலே நடைபெறவிருக்கும் விசேட பூசை ஆராதனைகளில் தமிழ் மூத்த பிரசைகள் சங்கத்தினரும் ஆதரவாளரும் கலந்து முருகன் அருளைப் பெற வேண்டப்படுகிறார்கள்.

### Members' Day – Thursday, 28 April

1. Ms Kalpana Sriram, Senior Guardian, Office of the Public Guardian, Attorney General's Department of NSW, will speak on "Guardianship issues and enduring guardianship".

2. Mr Bala Muhunthan, Co-ordinator Tamils Rehabilitation Organisation for NSW –" Update of TRO's Activities".

## MAY

### Grandchildrens' Day – Sunday, 15 May

Grand Childrens' Day that was scheduled for March was postponed to accommodate our Thai Pongal celebrations will now be held on Sunday, 15 May 2005 in the Homebush Boys High School 4.15 for 4.30 pm.

All members are kindly requested to co-operate and participate in the celebration and make it a success.

The Day will include items like singing, dancing, performance of musical instruments, recitation of poems delivering orations etc. As we anticipate a large number of participants and as the duration of the function shall not exceed two and a half (2½) hours, we propose to observe the following limitations:

1. Only one item (either one child or combined group of children) of each grandparent will be permitted to participate. MORE THAN ONE GROUP OF Grandparents may combine to present an item.

2. The Grandchild should be under 18 years of age.

3. The maximum time permitted for each performance shall not exceed 10 minutes, in the case of a group item the time shall not exceed 15 minutes.

4. To provide variety in the program a sub-committee will be appointed to determine the number and selection of participants.

Entries close with Dr. V S Karunagaran ☎ 9744 6729, or Dr. S Bharathy ☎ 9643 5039 **Wednesday, 11th May**

### Members' Day – Thursday, May 26

Mr. Naganather Thangarajah - " A Glimpse of Tamil literature I have appreciated"

திரு. நாகநாதர் தங்கராசா அவர்கள் "தமிழ் இலக்கியத்தில் நான் இரசித்த சில" எனும் விடயம் பற்றிப் பேசுவார்.

அவர் பேச்சு தமிழ் மொழியில் உள்ள முற்கால இடைக்கால தற்கால இலக்கியங்களிற் காணப்படும் சில இலக்கிய நாயங்களை எடுத்துக் காட்டடுவதாக அமையும்.

## JUNE

### Members Day – Thusday, 23 June

Professor A S Kantharajah of University of Western Sydney – "Genetic Modification – the Pros and Cons"

பேராசிரியர் ஆசி கந்தராஜா, மேற்கு சிட்னி பல்கலைக்கழகம் – "மரபணு மாற்றமும் அதன் நன்மை தீமைகளும்"

## JULY

**Members Day – Thursday, 28 July**
Kalai Arasi Chinniah - Impact on our traditional rituals and practices – a point of view.

கலை அரசி சின்னையா – எமது பாரம் பரிய சடங்குகள், சம்பிரதாயங்களில் ஏற்படும் தாக்கம் – ஒரு பார்வை

## AUGUST

**Members' Day – Thursday, 25 August**
'Storming the Bastille'
'இடித்துரைத்தல்'

**Saturday – 27 August**
**Annual General Meeting**
Homebush Boys High School, Bridge St, Homebush 2140

## SEPTEMBER

**Members' Day – Thursday, 22 September**

"Visaratha" Sarangan Sriranganathan (Former Business Development Manager, Jobnet Sri Lanka) – Music and its dimensions.

"விசாரத" சாரங்கன் ஸ்ரீரங்கநாதன் – சொற்பொழிவு – சங்கீதமும் அதன் பரிமாணங்களும்

✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧✧

## MILESTONES

Dr. Thambipillai Somasunderam and Mrs Savithri Devi Somasunderam celebrated their Golden Wedding Anniversary on 2nd February 2005.

## CONDOLENCES

We offer our deepest sympathies to:

Mr. Yogeswaran Thuraisingham on the loss of his mother and Mrs. Parameswary Thuriasingham on the loss of her mother in law **Mrs. Alagamuttu Thuraisingham** of 40 Dean St, South Strathfield, who passed away on 29 December 2004. Her remains were cremated on 4 January 2005 in the Rookwood Crematorium.

Mrs. Ratneswari Mathanagopalan, on the loss of her husband, **Mr. Nallathamby Mathanagopalan** of 61 Bombay St, Lidcombe who passed away on 9 January 2005. His remains were cremated in the Rookwood Crematorium on 13 January 2005.

The family members of **Mrs. Rasam Gopalaswamy** of Toongabbie, who passed away on 23 January 2005. Her remains were cremated on 25 Jan 05 in the Rookwood Crematorium.

The family members of Mrs Packiam Arasaratnam on the loss of her daughter **Mrs Kamaleswari Ganeshalingam** on 13 Mar 05 in Chennai. Her remains were cremated on 20 Mar 05 in Chennai.

## NEW MEMBERS

We welcome the following members into the Association:
915 Dr Nageswaran NAGARATNAM, *North Rocks*
916 Mrs Rajarajeswari NAGARATNAM, *North Rocks*
917 Mr Ramalingam AMBIHAIPAHAR, *Mosman*
918 Mrs Manohari Devi AMBIHAIPAHAR, *Mosman*
919 Mr Vaithilingam THAVARATNAM, *Bonnyrigg*
920 Mrs Inpajothy THAVARATNAM, *Bonnyrigg*

## STATISTICS

The Association has 746 active members on its register (noting that 19 members lost their membership on 31 Jan 05), and the BENSOC has a total active membership of 587 members on its register of which three (3) members are Provisional Members as at end of March 2005.

## DIARY OF EVENTS AT THE STRATHFIELD COMMUNITY CENTRE (1B Bates St, Homebush), AND OTHER ACTIVITIES

Every fourth Thursday of the month is Members' Day, commencing at 10.00 am; lunch could be booked for this day with Rani Satkunananda ☎ 9745 1282, by evening on the Wednesday prior.

Every Thursday, except on a Members' Day, Indoor Games, Knitting Classes, Painting Classes and sundry activities are held, commencing at 10.00 am.

### 2005

**April**

Thursday 14 — 10.30 am Tamil New Year. Bajan and Pooja at Sydney Murugan Temple.

Thursday 28 — Members' Day

1. Ms Kalpana Sriram, Senior Guardian, Office of the Public Guardian, Attorney General's Department of NSW, will speak on "Guardianship issues and enduring guardianship".

2. Mr Bala Muhunthan, Co-ordinator Tamils Rehabilitation Organisation for NSW –" Update of TRO's Activities".

**May**

Wednesday 11 — Closing date for entries for participation in the Grand Childrens' Day

Sunday 15 — Grand Childrens' Day 4.15 for 4.30 pm – Homebush Boys High School

Thursday 26 — Members Day

Mr. Naganather Thangarajah - " A Glimpse of Tamil literature I have appreciated"
திரு. நாகநாதர் தங்கராசா அவர்கள் "தமிழ் இலக்கியத்தில் நான் இரசித்த சில" எனும் விடயம் பற்றிப் பேசுவார்.

**June**

Thursday 23 — Members' Day

Professor A S Kantharajah of University of Western Sydney – "Genetic Modification – the Pros and Cons"

பேராசிரியர் ஆசி கந்தராஜா, மேற்கு சிட்னி பல்கலைக்கழகம் – "மரபணு மாற்றமும் அதன் நன்மை தீமைகளும்"

**July**

Thursday 28 — Members' Day

Kalai Arasi Chinniah - Impact on our traditional rituals and practices – a point of view.

கலை அரசி சின்னையா – எமது பாரம் பரிய சடங்குகள், சம்பிரதாயங்களில் ஏற்படும் தாக்கம் – ஒரு பார்வை

**August**

Wednesday 17 — 12.00 noon nominations close for Office Bearers of the Association

7.00 pm Nomination papers opened and nominees declared

Thursday 25 — Members' Day

'Storming the Bastille'
இடித்துரைத்தல்

Saturday 27 — 9.30 am Annual General Meeting of the TSCA.
9/30 fhiy – j | gp r tUlhe;j Tl;lk;

**September**

Thursday 22 — Members' Day

"Visaratha" Sarangan Sriranganathan (Former Business Development Manager, Jobnet Sri Lanka) – Music and its dimensions.

"விசாரத" சாரங்கன் ஸ்ரீரங்கநாதன் – சொற்பொழிவு – சங்கீதமும் அதன் பரிமாணங்களும்