



A Quarterly Newsletter of the Federation of Senior Citizens' Associations, Punjab

FEDSEN PUNJAB

(Regd. No. 2382/2008-09)
For private circulation only

E-mail : fedsenpb@gmail.com website : www.fedsenpunjab.org

Chairman

DR AMARJIT SINGH KHEHRA
903, Phase 3B-2, Mohali
(M) 98882-60002

President

SATYA PAL KARKARA
32, Swami Vivekanand Vihar,
BRS Nagar, Ludhiana.
(M) 98142-43643

Secretary General

ER. RAGHBIR SINGH BEHAL
25-C, BRS Nagar, Ludhiana-141012
(M) 98141-06608

Editorial Board

Amarjit Singh, Chairman
(M) 94170-06625
Swaran Chaudhary Sarjit Singh Gill
Paramjit Singh I M Chhibba

Vol. 8 No. 2

July - September 2017

October 1, 2017

PRESIDENT'S MESSAGE

Dear Fellow Members,

Our Chairman Dr A S Khehra and I met Hon'ble Minister of State for Social Security, Punjab, Smt Razia Sultana on 19th July, 2017. A brief report in this regard is included in the FEDSEN News. We are grateful to the Hon'ble Minister for giving us patient hearing for more than half an hour and her assurance that the Punjab Govt. is committed to the welfare of the senior citizens of the State. We are hopeful about positive results of this meeting.

Our trip to Dasuya, Pathankot, Gurdaspur and Batala on 13th and 14th August, 2017 (details given in FEDSEN News) was a memorable experience, Sardar Habhajan Singh Cheema, proprietor of Sant Arjan Singh Senior Secondary School Dasuya and his indefatigable wife Mrs Paramjit Cheema had made elaborate arrangements for our meeting with the senior citizens of the town. Col. (Retd.) D C Sharma, President of Pathankot Senior Citizens' Association and his senior colleagues had made excellent arrangements in a hotel for our meeting. Past Rotary District Governor Sh. Heera Arora and his friend Sh. Romesh Mahajan had made similar arrangements for our meeting with senior citizens of Gurdaspur. Prof. S S Gill, President of Citizens' Social Welfare Forum Batala and other members of the Forum welcomed us in a club and served us sumptuous lunch after the meeting. I am highly grateful to all of them for their affection and warm hospitality. My grateful thanks also to Past Rotary District Governor Sh. Suresh Chaudhry, who is a member of Ludhiana Association, for organizing and co-ordinating this trip.

After this visit, Pathankot Senior Citizens' Association and the Citizens' Social Welfare Forum Batala have joined FEDSEN as institutional members. I extend heartiest welcome to friends from Pathankot and Batala. I hope that Senior Citizens' Associations will also be formed soon in Gurdaspur and Dasuya.

In its meeting held at Ludhiana on 22nd July, 2017, the Awards Committee for Sardar Gopal Singh Memorial Fund for promotion of Senior Citizens Movement in Punjab selected Mohali Senior Citizens' Association and Senior Citizens' Council Chamkaur Sahib for first and second cash

awards respectively. It also decided to give Appreciation Letters to Rupnagar, Zirakpur, Bathinda and Patiala Associations. My heartiest congratulations to all the winners! I urge other Associations also to emulate these Associations.

With best wishes,

S P Karkara

EDITORIAL

Punjab has many fairs and festivals : seasonal, religious and cultural. The important festivals falling in October - December quarter are Dussehra, Diwali, Gurpurbs and Christmas. Political and Commercial considerations have changed the mode of celebrating traditional festivals. Dussehra and Diwali have association with the life of Bhagwan Ram. Dussehra signifies the victory of good over evil. How many devotees take a pledge to remove evil from their personal lives and the society?

Diwali is a festival of lights, sweets and sharing happiness with others. It is an occasion for us to see if our actions spread light and remove darkness. Illuminating the houses is just symbolic. Gone are the days when people made sweets at home. The sweets made from adulterated ingredients and decorated with poisonous aluminum foils harm health and kill the spirit of the festival. Similarly gifts should symbolize love not ulterior motives. Causing noise and air-pollution is not a sensible way of celebrating this occasion. The filth created negates the idea of **Swacch Bharat**. We should express our joy in ways which do not degrade the environment and frighten pet animals.

Senior citizens should set an example to celebrate the festivals to spread sweetness, happiness and light.

Amarjit Singh

Federated Associations are requested to send reports about their activities and articles relevant to Senior Citizens (not more than 300 words) by 5th January, 2018 via E-mail (fedsenpb@gmail.com or spkarkara@ymail.com) or a hard copy to the President FEDSEN.

Please send your comments, suggestions about the FedSen News to Dr Amarjit Singh (ajhehar@gmail.com)

'FEDSEN NEWS' wishes its dear readers a very Happy Diwali & New Year

GLIMPSES OF FEDSEN ACTIVITIES

CHANDIGARH

PATHANKOT



Meeting of Chairman and President FedSen with Hon'ble Minister of State for Social Security, Punjab Smt. Razia Sultana on 19th July 2017

BATALA



Chairman Dr A S Khehra, President S P Karkara with Col D C Sharma President and members of Pathankot Senior Citizens Welfare Association on 13th August, 2017

DASUYA



Delegates of FEDSEN Pb with President Prof. S S Gill and other members of The Citizens Social Welfare Forum Batala on 14th Aug. 2017



Dr A S Khehra Chairman, S P Karkara, President, Er Balbir Singh Sr. VP & Sh. Suresh Chaudary with Senior Citizens at Dasuya on 13th Aug. 2017

With Best compliments from :

American-Format PreSchool

COMING SOON



Sanjeev's Kinderpillar™

Ivy League Kids

Plot No. 169-170, Asha Puri Ludhiana.

M: 98767-05426, 87288-00924

- Toddlers
- Playway
- Nursery
- Jr. KG
- Sr. KG



Powered by Prof. Ellen Booth Church, USA

SILVER OAK GARDENS & RESORTS

Pakhawal Road, Village Daad, Ludhiana. Cell 98157-61084, 98728-54261 Web : www.silveroakgardens.com

AS WE MARCH ON

Er R S Behal
Secretary General

FEDSEN NEWS

Chairman Dr A S Khehra and President Sh. S P Karkara met Hon'ble Minister of State for Social Security, Punjab, Smt. Razia Sultana in her office at Chandigarh on 19th July, 2017 and brought to her notice various issues concerning senior citizens pending with the State Government. All the issues mentioned in the 'Statement of Issues relating to Senior Citizens' which had earlier been sent to the Chief Minister Punjab and to her, were explained in detail. Some queries made by her regarding these issues were explained. The Hon'ble Minister assured that the State Govt. was committed to the welfare of the senior citizens and early action will be taken regarding all these issues.

A meeting of Senior office bearers of FEDSEN was held at Ludhiana on 22nd July, 2017. It was attended by Chairman Dr A S Khehra, President S P Karkara, three Senior Vice Presidents, other office bearers and some invitees. Important organizational matters, particularly strategy to promote senior citizens movement in the state, were discussed in detail and decisions taken.

A four member team consisting of Dr A S Khehra, Sh. S P Karkara, Er Balbir Singh, Senior Vice President (Hq.) and Sh. Suresh Chaudhry, Past Rotary District Governor and Member of FEDSEN Senior Citizens' Movement Promotion Cell undertook a tour of Hoshiarpur, Pathankot and Gurdaspur districts on 13th and 14th August, 2017. Following is the account of this tour :-

- (i) The team started the tour on 13th August by visiting the office of Bhai Ghanaiya Charitable Trust at Tanda Urmur and held discussion with its office bearers about the activities of this Trust.
- (ii) The team then proceeded to Dasuya where members of the team addressed a meeting of the senior citizens of the town organized by the management of a private school. They exhorted those present to organize themselves into an organization to safe-guard the interests of the senior citizens of their area.
- (iii) In the evening, the members of the team met Col. (Retd.) D C Sharma, President of Senior Citizens' Welfare Association, Pathankot and other senior members of this Association. There was very useful and productive exchange of information and views for about one and a half hours. Whereas Chairman and President FEDSEN spoke about its mission i.e. welfare of all the senior citizens of the State, Col. Sharma and his colleagues spoke about the work being done by their Association for the last about 17 years. At the end of the meeting Col. Sharma informed about the decision of their Association to join FEDSEN which was heartily appreciated and welcomed by the members of FEDSEN team.

- (iv) On the forenoon of 14th August, 2017, the team attended a meeting of senior citizens of Gurdaspur town organized by Past Rotary District Governor Sh. Heera Arora. Members of the team explained the objectives of FEDSEN to those present. There was detailed exchange of views after which those assembled assured that they will form a senior citizens association in Gurdaspur and join FEDSEN. Meeting ended on a very positive note.
- (v) The team then reached Batala where Prof. S S Gill, President of The Citizen's Social Welfare Forum (Regd.) Batala had arranged a meeting of members of his organization. Sardar Bhupinder Singh Mann, former member Rajya Sabha and Sh. Rajesh Kawatra, a senior Rotary leader were also present. Members of the team explained in detail about the mission of FEDSEN and efforts being made by it for the welfare of the senior citizens of Punjab. Prof. Gill appreciated the work being done by FEDSEN and announced the decision of his organization to join FEDSEN. This was heartily appreciated and welcomed by members of FEDSEN team.

BATHINDA

25.6.2007 As per directions of Fedesen (Punjab), Health Care Committee was constituted and Dr Jyot Ram Jain was made the President of the committee.

Similarly, a committee for the security and maintenance of senior Citizens as per Act 2007 was also constituted. Adv. Ramji Dass Singal was made the President of the committee.

5.7.2017 Launching ceremony of Priviledged Smart Cards for the members of our council was organized at Adesh University of Health Sciences Bhucho. To and fro transportation of members was provided by Adesh University. Dr Gurpreet Singh Gill Director apprised us about the medical testing machines of world class latest standard and various handsome coricessions in lab tests, X-rays, scanning, MRI, Free surgical operations and also give 20% discount in medicines. Adv. Gurbachan Gupta thanked the Adesh authorities for taking so much interest in the health care of Senior Citizens.

1.10.2017 International Senior Citizens Day was celebrated today at Dr. Ambedkar Bhavan. Shena Aggarwal ADC(D), IAS was the chief guest . Mrs Arun Jain welcomed the chief guest. Annual progress report was read out by Er Harpal Singh Khurmi Organizing Secy. Adv. ML Garg apprised the audience about the provisions in the Maintenance and Welfare of parents and Senior Citizens Act 2007. Senior Citizen Members above 80 years were honoured for their great services to the nation during their young age Sh S K Bansal Dy ESA apprised the members about the pending demands of Senior Citizens with the Govt. Adv. Gurbachan Lal Gupta president spoke that UNO decided to celebrate International Seniors Citizens Day on 1st Oct every year. But it is sorry to say that there is no coverage in the Press, TV, Radio about such important Day. Nearly 11% of population is

above 60 Years. But Govt has not provided Day Care Centres, old age Homes in Bathinda District.

Dr. Shena Aggarwal promised to provide funds to construct Day Care Centre in the land earmarked by Municipal Corporation Bathinda in Kartar Basti. She further promised to help Senior Citizens at the time of need. Smt. Satwant Kaur chairperson entertainment, presented very interesting cultural programme. Harpal Singh Khurmi was honored for his outstanding services to the Senior Citizen Council.

JAGRAON

1. Our Forum was able to get approval from the local administration for extension of our premises. Now, the Bhawan premises are sufficient for meetings.
2. A free Ortho Medical Camp at Maini Hospital Jagraon was held on 23-07-2017. Dr. Neeraj Bansal, MS (Ortho), Mch (UK) from Fortis Hospital, Ludhiana examined 92 patients. Free medicines, sponsored by Aggarwal Medical Store Jagraon, were given to the patients. Free X-ray facilities were also provided by Dr. Maini.
3. A tree plantation drive to commemorate the VAN MAHOTSAVA was held at our Bhawan premises on 12-08-2017 led by member Dr S K Verma and all members. Dr Verma also planted 80 saplings in the vicinity of his residential area i.e. Preet Vihar.
4. For extending financial help to meritorious & deserving girl students, our members voluntarily contributed Rs. 10000/- which were handed over on 13-09-2017 to the Principal of Govt. Girls Senior Secondary School, Jagraon.

LUDHIANA

A TALK ON "YOG FOR HEALTH CARE IN OLD AGE"

To equip the senior citizens with the "Role of YOG in Health Care in Old Age", a special talk by Dr Hardip Singh Sur, member of the Association was organized on **July 15, 2017**. He shared useful and interesting information concerning yogic exercises important for the senior citizens. Many persons in the audience interacted with him during and after the lecture.

FAMILY GET-TOGETHER and "TEEYAN" CELEBRATIONS

A function was organized on **July 29, 2017** in Rotary Bhawan, Sarabha Nagar, to celebrate Teeyan. Members participated in "Tambola" followed by cultural events including "Gidha" which really brought life in the programme. In order to give the real touch of "Teeyan", the participating ladies were presented "Gajra" and "Bengals" by Mrs Amrit Gill, the eldest member among ladies and Mrs Neelam Khosla, Vice President, SCWAL. Special awards were given to the ladies declared as "Sawan Queen", "The Most Beautiful Lady" and "The Best Performer". A cake cutting ceremony was also performed to felicitate the members having their birthday/marriage anniversary during July.

INDEPENDENCE DAY CELEBRATIONS AND PLANTING

OF TREE SAPLINGS

A function to commemorate Independence Day and start a campaign to plant tree saplings to protect the atmospheric Environment was organized by SCWAL in collaboration with Gobind National College, Narangwal, Ludhiana on **August 16, 2017**. To start with, the members of SCWAL and the Principal and staff of the college planted some saplings in the premises of the Gobind College. That was followed by a function in the college auditorium. Besides members of SCWAL, about 150 students and the faculty members were present. The function started with a welcome address by Er Balbir Singh, President, SCWAL. That was followed by talks on "India before independence and Constitution of India" by Sh. S P Karkara, Chairman, SCWAL. Dr Amamrjit Singh shared his views about democracy in India and the need to save. Sh D R Bhatti (IPS, Retd.) spoke on the inter-generational gap in our society and appealed to the students to care and respect their elders and benefit from their experience in life. During the session on environment, Dr S S Gill discussed about the role of trees in life on the earth planet and presented two self composed poems relevant to the occasion and appealed to the audience not to be casual about trees. In order to emphasize the social values of trees, Dr I M Chhibba, recited Shiv Kumar Batalavi's poem on trees. The function ended with a vote of thanks by Er S K Seth, Organizing Secretary, SCWAL and the words of appreciation and thanks to SCWAL by S H S Gosal, Principal, on behalf of the college management and faculty of Gobind National College.

A TALK ON "DENTAL HEALTH CARE IN OLD AGE"

To create awareness about dental health during old age, a lecture by Dr Bikramjit Singh Dhillon, was arranged on September 09, 2017. Er Balbir Singh, President SCWAL, welcomed the speaker and the audience. Sh. D R Bhatti, introduced the speaker. Dr Dhillon, then, interacted with the audience and answered their queries. He later examined some patients.

INTERACTION SESSION WITH THE STUDENTS

An interaction session with the students of Government Senior Secondary School, Rasoolpur (Jagraon), was organized on **September 23, 2017**. The function started with a formal welcome by Sh. Pritpal Singh, a school teacher. That was followed by introductory remarks by Er Balbir Singh, President, SCWAL, who shared information about various activities carried out by SCWAL. Three students, namely Ms Virpal Kaur, Ms Parampreet Kaur and Ms Harpreet Kaur spoke about "Today's School Teaching", "Status of Women in our Society", and "Duty of Youth Towards the Elderly Persons in the Society", respectively. Another student, Ms Hamanpreet Kaur sang a song, highlighting the place of a mother in our society. Three members of SCWAL i.e. Sh S P Karkara, Chairman, Dr Amarjit Singh, Dr Sarjit Singh Gill also shared their views about the topics covered by the students. Sh S P Karkara requested the village sarpanch and the senior

citizens attending the function to establish a "BAZURAG BHALAI SABHA" in their village. As a token of appreciation and encouragement, the participating students were presented books authored by Dr Amarjit Singh. A set of books was presented to Mrs. Baljit Kaur, Principal for school library. A senior teacher from the school in his concluding remarks appreciated the efforts of SCWAL for arranging the interaction and enlightening the students with the most important issues faced by our society and expressed gratitude to SCWAL. The programme ended with a vote of thanks proposed by Dr I M Chhibba, General Secretary, SCWAL.

MOGA

14-7-2017

Under the banner of "Back to old Heritage" a function to create awareness among younger generation regarding old culture and Heritage was organised by the Council in Dashmesh Public Senior Secondary School Moga. Principal Mrs S S Jassal welcomed Council President S L Kamra and the Council members. President advised the gathering of the students to give due respect to elders and help them in every way in their last phase of life. He told them to seek blessings from their Grand parents because blessings are more powerful than any other thing in the world. The old family bond has been shattered due to distegration of family due to western culture and lack of knowledge of old culture and heritage and materialistic attitude. The Senior Vice President Darbar Singh Gill reminded the children of the good aspects of the joint family. He thanked the Principal, Staff and the students for listening the views patiently in a disciplined way.

29-7-2017

Seminar on "Health and Senior Citizens" was organised by the Council in the Red Cross Senior citizen Day-care centre. A famous urologist Dr Ashis Kaura was the Chief guest, who explained the causes and cures of the urinary infection and cancer of Prostrates among the Senior Citizens.

President requested Dr Kaura to have sympathetic attitude towards the Senior Citizens and give concession to the tune of 50% in consultation fee and preliminary tests Dr Kaura accepted the request. He was honoured by the council with a momento and thanked by the council Sr. Vice President S. Darbar Singh Gill. A light refreshment was served with good gesture.

2-9-2017

District Health Moga Blindness Control Society celebrated awareness day. Sh. S.L. Kamra Council President-cum-Senior Vice President FEDSEN Pb. presided over the function. Dr. Arun Gupta Nodal Officer cum Asstt. Civil Surgeon appealed to the audience to donate eyes after death Sh S L Kamra in his presidential speech appealed to the audience to donate eyes after death so that the blind people can see the world.

28-9-2017

To create awareness and infuse the spirit of patriotism into the younger generation, the 71st Independence Day was celebrated. President Sh S L Kamra along with Council members assembled in the Shaheed-E-Awam Bhagat Singh Market Moga. Floral Tributes were paid to the Shaheed-E-Azam Bhagat Singh after cleaning and bathing the statue with milk and garlanding the statue of Shaheed-e-Azam Bhagat Singh. S L Kamra highlighted the Supreme sacrifices of the heroes of freedom who freed the country and asked the young generation to follow in their foot steps to safe guard Independence.

MOHALI

8th July, 2017

1. A lecture on "Mental & Physical well being in old age" by Dr Harinder Kaur Rana was organized at LAF Centre. She explained that the biggest gift older people can give to their children is to look after their own health. Lack of exercise and malnutrition can lead to various types of complications in old age. Lack of B-12 can affect lungs & heart, physical neglect and malnutrition can lead to Alzheimer & Dementia and social & economic neglect causes depression. She explained in great detail the causes and remedies of these diseases and told that having the right kind of food and exercise is imperative to maintain a healthy body.
2. **11th July, 2017** : A special meeting of our members (Doctors/Administrators, Para Medical Professionals) was held at 10 am at LAF Senior Citizens Centre, with a view to deliberate on various issues concerning health, including present status of health care schemes/programmes of State and Central Government and to get their expert advice and suggestions for further improvement of our own programmes and activities.
3. A health care committee was also constituted under the Chairmanship of Dr SS Gill, MS Orthopedic, FAMS, ex HOD, PGIMER and Ex Vice Chancellor, Baba Farid University of Health Sciences, Faridkot to ensure follow up action.
4. **21st July, 2017** : A seminar on income tax was organized at LAF Senior Citizens Centre, the speakers were Madam Aarti Sharma, CA and Madam Urmila Chhabra, ITO. Madam Aarti Sharma explained about e-filing of income tax returns with the help of a presentation and also told about various types of deductions available to tax payers. Madam Urmila Chhabra clarified the doubts/queries of the members.
5. **12th Aug, 2017** : A lecture on "National Security with reference to Pakistan and China" by Brig Harwant Singh was organized at LAF Centre. The speaker explained with the help of a map, how China has continuously been nibbling the areas around its borders. China is slowly and steadily building a ring around India by coercing the

countries on our periphery. With the construction of CPEC (China Pakistan Economic Corridor) Pakistan will soon be a colony of China.

6. We were busy with the MSCA Governing Body–2017 elections throughout the month. With the electoral process in full swing, our office had the semblance of the Election Commission. Elections were completed as per schedule. All the candidates were elected un-opposed.
7. **5th Sep, 2017** : General Body Meeting of MSCA was held at Community Centre, Phase-7, Mohali. The General Body was adjourned and reconvened after half an hour as the quorum was not complete. On reconvening, the list of nominated Office Bearers for the Governing Body was announced by Sh. GS Chhina, President, MSCA.

NABHA

As usual the Association celebrated **Independence Day** on 15th August 2017. Mrs Raksha Jhanji, the Chief Guest unfurled the National Flag. National Anthem was sung by association members. Thereafter songs of national interest were sung and lectures delivered to the audience. The Chief Guest also addressed and donated Rs. 10000/- to the association.

NAWANSHAHER

International day of Senior Citizens was celebrated on 1-10-2017. Members of Senior Citizen Association with families participated in the function. It was presided over by Dr J D Verma. Chief Guest of the function was Sardar Harcharan Singh (PCS) SDM Nawan Shaheer, where as guest of honour was Sardar Harmesh Singh DSSO, SBS Nagar.

President welcomed the chief guest. Prof. S K Baroota Gen. Secretary, delivered annual report of association and stressed on proper implementation of maintenance a welfare of Senior Citizens Act. 2007. Mansi Pathak, V class student recited poem messaging, children to regard elders' for success in life. S Harminder Singh DSSO brought to the notice of association, steps being taken by the Govt. for the welfare of Senior Citizens.

Four Super Senior Citizens were honoured. Birthdays, marriage anniversaries of members were celebrated. Mementoes were presented to Chief Guest.

RAJPURA

JULY, 2017

Mr. Manmit Singh Asstt. G. M. Marketing, Heavenly Palace Doraha, S. Manjit Paul Singh and Sh. Yashpal Bajaj residents of Heavenly Palace attended the meeting as special guests. They were greeted by 18 lucky members whose birthday fell during the month of July.

Mr. Manmit Singh of Heavenly Palace explained with the help of projector the various facilities being provided to the Senior Citizens residing at their establishment in Doraha with homely atmosphere Manjitpaul Singh and Sh. Yashpaul Bajaj, who had been staying for years in the Heavenly palace, narrated their joyful stay and experience in this old age home.

S. Gurbhej Singh, Capt. (Retired), our Chief Editor, Golden News, spoke on different articles published in the bulletin. Three members were honoured with mementos on completion of 65 years of age.

15th AUGUST, 2017

The council celebrated Independence day at Senior Citizens Bhawan Rajpura, by unfurling the national flag followed by reciting of National Anthem by children of Govt. NTC Senior Secondary School, Rajpura. Meeting started by conveying Independence Day greetings to the members by both President S. Harbans Singh Ahuja and by our patron S. Gurdev Singh Ji, explaining their views on national achievements and sacrifices of martyrs. The president released the latest issue of Golden News, which is issued twice a year, one on Republic Day and another on Independence Day. two minutes silence was observed as a token of respect to the departed soul of S. Harbachan Singh Chadha, the elder brother of our member S. Kulbir Singh Chadha.

This was followed by the cultural programme by the children of the Govt. NTC school. Teachers, as well as all the participating students were honoured with mementos and certificates. Our members also gave entertaining items Sh. P. Das our member donated Rs. 1100/- on his birthday. Function concluded with vote of thanks & refreshment.

4th SEPTEMBER, 2017

Meeting started with the conveying of greetings to 19 members who were born during the month of September with clappings. Then newly joined member, Sh. Ram Syrup Gupta, retired Div. Manager BSNL, gave self introduction to the audience. President informed the members that the council will be celebrating International Senior Citizens Day on 1st October. After entertainment the meeting ended with refreshment followed by vote of thanks by Sh R K Sharma Secretary General.

ਪੈਨਸ਼ਨਰਾਂ ਦੀਆਂ ਮੰਗਾਂ

ਪੈਨਸ਼ਨਰਾਂ ਦੀ ਮੋਹਰੀ ਜੱਥੇਬੰਦੀ ਪੰਜਾਬ ਸਟੇਟ ਪੈਨਸ਼ਨਰਜ਼ ਕੰਨਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਸੂਬਾਈ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮਹਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਪਰਵਾਨਾ, ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਧਨੋਆ, ਮੁੱਖ ਬੁਲਾਰੇ ਰਾਜ ਕੁਮਾਰ ਅਰੋੜਾ ਨੇ ਇੱਕ ਸਾਂਝੇ ਬਿਆਨ ਵਿੱਚ ਆਖਿਆ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਪੈਨਸ਼ਨਰਾਂ ਦੀਆਂ ਮੰਗਾਂ ਤੇ ਸਾਜਿਸ਼ ਭਰੀ ਚੁੱਪ ਧਾਰੀ ਹੋਈ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੱਖਾਂ ਪੈਨਸ਼ਨਰਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਰੀ ਰੋਸ ਪਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸੂਬਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸੂ: ਮਹਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਪਰਵਾਨਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ ਵਾਅਦੇ ਪੂਰੇ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਗਏ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਕਿ 6ਵੇਂ ਪੇ ਕਮਿਸ਼ਨ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਕੇ ਜਲਦੀ ਲਾਗੂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਡੀ.ਏ. ਦੀਆਂ ਕਿਸਤਾਂ ਦਾ 22 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦਾ ਬਕਾਇਆ ਅਤੇ ਜਨਵਰੀ/ਜੁਲਾਈ 2017 ਦੀ ਡੀ.ਏ. ਦੀ ਕਿਸਤ ਤੁਰੰਤ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਮੈਡੀਕਲ ਭੱਤਾ 2000 ਰੁਪਏ ਮਹੀਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਦੀਆਂ ਮੰਗਾਂ ਲਾਗੂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ। ਸੂਬਾਈ ਮੁੱਖ ਬੁਲਾਰੇ ਸ੍ਰੀ ਰਾਜ ਕੁਮਾਰ ਅਰੋੜਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਪੰਜਾਬ, ਵਿੱਤ ਮੰਤਰੀ ਪੰਜਾਬ, ਮੁੱਖ ਸਕੱਤਰ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਕਨਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਵੱਲੋਂ ਪੈਨਸ਼ਨਰਾਂ ਦੀਆਂ ਮੰਗਾਂ ਸਬੰਧੀ ਮੰਗ ਪੱਤਰ ਭੇਜੇ ਗਏ ਹਨ। ਕਨਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਮੁੱਖ ਬੁਲਾਰੇ ਸ੍ਰੀ ਰਾਜ ਕੁਮਾਰ ਅਰੋੜਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਸਰਕਾਰ ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜ਼ਨਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨ ਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਦੇਣ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਦੂਸਰੇ ਪਾਸੇ 70-80 ਸਾਲ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੱਕਾਂ ਲਈ ਸੜਕਾਂ ਤੇ ਰੁਲਣ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਹੋਣਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ।

**OUR ASSOCIATES IN THE CAUSE OF SENIOR CITIZENS
NEW ASSOCIATIONS
WHICH HAVE JOINED FEDSEN PUNJAB**



Col. Retd. D C Sharma
President



Subash Manchanda
Gen. Secretary

**PATHANKOT SENIOR CITIZENS ASSOCIATION (REGD.)
PATHANKOT**

Sr. No.	Name	Designation	Address	Contact No.	D.O.B.	Previous Occupation
1.	Col D C Sharma	President	# 118-A, Abrol Nagar, Pathankot-145001	93574-01054 0186-2222540	1-4-1933	Retd. Army Officer
2.	Gurdeep Singh	Sr Vice President	Timber Merchant College Road, Pathankot	98720-20107	28-4-1938	Timber Merchant
3.	Mrs Neelima Bhalla	Vice President	Abrol Nagar, Pathankot	94178-04167	3-12-1945	Teacher
4.	Subash Manchanda	General Secretary	73/6, Shant Vihar, Khanpur Chowk, Pathankot	94173-23555	23-9-1946	Telecom Engg. (Retd.)
5.	R K Saini	Finance Secretary	122, East-Lane Abrol Nagar, Pathankot	98142-98257	12-11-1950	Business
6.	Mrs Vijya Luxmi	Jt Secretary	Krishna Nagar, Dalhousie Road, Pathankot	97801-71838		Teacher
7.	Avtar Abrol	PRO	Shivaji Nagar, Model Town Chowk Pathankot-145001	94179-50696	2-4-1945	Teacher



Prof. Sukhwant Singh Gill
President



Bhajan Singh Malikpuri
Gen. Secretary

**THE CITIZENS SOCIAL WELFARE FORUM (REGD.)
BATALA**

Sr. No.	Name	Designation	Address	Contact No.	D.O.B.	Previous Occupation
1.	Prof. Sukhwant Singh Gill	President	# 167, Urban Estate Batala	94172-34744	22-5-1964	Lecturer (Retd.)
2.	Amrik Singh Malhi	V President	Khalsa Karyana Store Bhullar Road, Batala	98765-90159	1-3-1953	Business
3.	Bhajan Singh Malikpuri	General Secretary	V. Malikpur, P.O. Batala	98722-97197	7-4-1948	Teacher (Retd.)
4.	Baljinder Singh	Finance Secretary	# 4 Professor Colony, Mann Nagar, Batala	98552-22232	12-7-1947	Banker (SBI)
5.	Mrs. Neelam Mahajan	Member	Mahajan Bhawan O/S Pahari Gate, Batala	98159-42758	9-4-1949	House wife
6.	Santokh Singh Randhawa	Member	215 Urban Estate, Batala	96460-13486	24-11-1954	SDO PSPCL (Retd.)
7.	Dr S S Nijjar	Member	Nijjar Hospital Batala	99151-44226	7-4-1952	Doctor



G S Chhina
President

MOHALI SENIOR CITIZENS ASSOCIATION (REGD.)

NEW TEAM



Surinder Singh
Secretary General

Sr. No.	Name	Designation	Contact No.
1.	Dr Amarjit Singh Khehra	Chairman	98882-60002, 4651903
2.	Sh. G S Chhina	President	96461-72900, 2211608
3.	Sh. Harnam Singh	Executive President	99155-77052, 4676052
4.	Prin. Swaran Chaudhary	Vice President	94170-05559, 2273591
5.	Sh. Surinder Singh	Secretary General	98151-36969, 4644069
6.	Sh. Jarnail Singh	Secretary Publication cum Editor	98146-14656, 4023950
7.	Sh. Harbhajan S. Chopra	Secretary Finance	93161-36268, 4631354

GIST OF BUDDHISM

Amarjit Singh

Among all major religions, Buddhism is the most scientific, rational and practical. Instead of discussing the existence of Almighty creator of the Universe, heaven, hell etc; it focuses on the problems faced by human beings in the world. The major problems are sickness, sorrow and suffering. Some religions attribute these to past Karma and seek their solution by pleasing God through prayer and praise. Gautam Buddha tells human beings to solve these problems by self-effort based on common sense and reason. The root cause of man's problems is desire which can be controlled and even renounced to eliminate sorrow and suffering.

The remedy lies in the 8-fold path recommended by him. The steps he suggests are : right knowledge, right attitude, right speech, right action, right means of livelihood, right effort to develop good tendencies, right awareness and right meditation. In a nutshell man is capable of salvation in this very life by thinking rationally and positively. Non-violence, compassion, respecting the rights of others lead to a life of contentment and happiness. Rituals, prayers and blind faith in some supernatural agency are unnecessary. Buddha's message is as relevant today as it was when he gave it more than 2600 years ago.

Some sayings of Buddha

1. What we think, we become.
2. Peace comes from within. Do not seek it without.
3. You yourself deserve your love and affection.
4. Hatred does not cease through hatred : it ceases through love.
5. Death is not feared by one who has lived wisely.
6. Three things cannot be long hidden : the sun, the moon and the truth.
7. Holding on to anger is like grasping a hot coal with the intent of throwing it at someone else; you are the one getting burned.
8. Believe nothing, no matter where you read it, or who said it, no matter if I have said it, unless it agrees with your own reason and common sense.

OBITUARY

Sh. N R Lakesh founder President of Senior Citizens Forum Zirakpur and Advisor Fedsen Punjab left for his heavenly abode on 9th September 2017.

May the departed soul rest in peace!



Sh. N R Lakesh
Advisor, FEDSEN

Smiling Reduces Negative Emotions

Smiling is one of the most effective means of dissolving anxiety, anger and over reaction. If you ensure that you keep a half smile on your face, even in the most difficult situation, you will be able to deal with negative feelings in a rational and empowered manner. A constant smile re-inforces that state of tranquility and joyfulness which is the most critical foundation for perfect health. It subconsciously emphasizes, that every moment can be positive in your life.

Smiling and laughing releases positive chemicals in your body that combat stress and worry. Hence we must encourage all those in our circle of influence to smile more often, if not permanently to be free of anxiety.

S L Kamra

ਸੰਗਰੂਰ

ਵਿਸ਼ਵ ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜਨ ਦਿਵਸ ਬੜੇ ਹੀ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਾਲ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਜਗਦੀਸ਼ ਕੋਹਲੀ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਹੇਠ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਮੰਡਲ ਵਿੱਚ ਸੰਸਥਾਪਕ ਸੁਖਦੇਵ ਸਿੰਘ ਜੱਸਲ, ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਅਤੇ ਉੱਘੇ ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਵਾਤਾਵਰਨ ਪ੍ਰੇਮੀ ਗੁਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ, ਆਈ.ਐਸ.ਬਾਂਸਲ, ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ ਗੋਸਲ, ਜਗਨ ਨਾਥ ਗੋਇਲ, ਮਹਾਸ਼ਾ ਸੁਰਿੰਦਰ ਗੁਪਤਾ, ਦਲਜੀਤ ਜ਼ਖਮੀ, ਮਲਕੀਤ ਸਿੰਘ ਖੱਟੜਾ, ਸੁਖਵਿੰਦਰਜੀਤ ਕੌਰ, ਸੁਰੇਸ਼ ਗੁਪਤਾ, ਆਰ.ਐਸ.ਮਦਾਨ, ਵਰਿੰਦਰ ਗੁਪਤਾ ਆਦਿ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ। ਇਸ ਸਮਾਗਮ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਐਸ.ਐਸ.ਪੀ. ਸ੍ਰ: ਮਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸਿੱਧੂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਧਰਮ ਪਤਨੀ ਡਾ: ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਸੁਖਮੀਨ ਕੌਰ ਸਿੱਧੂ ਵੱਲੋਂ ਸ਼ਿਰਕਤ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਬਾਗੀ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਮੰਚ ਸੰਚਾਲਣ ਦੌਰਾਨ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਸ੍ਰ: ਮਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸਿੱਧੂ ਐਸ.ਐਸ.ਪੀ. ਸੰਗਰੂਰ ਨੇ ਬੋਲਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬਜ਼ੁਰਗ ਸਾਡੀ ਸੱਭਿਅਤਾ ਦੇ ਸ਼ਰਮਾਏ ਦਾ ਉਹ ਮਜ਼ਬੂਤ ਅਧਾਰ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਨਵੀਆਂ ਪੈੜਾਂ ਉਲੀਕਣੀਆਂ ਹਨ। ਜਿਹੜੇ ਆਪਣੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਭਵਿੱਖ ਖੁੰਦਲਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਫੁੱਲਾਂ ਵਾਂਗ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਿੰਨਾਂ ਦੀ ਉਂਗਲ ਫੜ ਕੇ ਅਸੀਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ। ਸ੍ਰ: ਸਿੱਧੂ ਵੱਲੋਂ ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜਨ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਪੁਲਿਸ ਲਾਈਨ ਵਿਖੇ ਸਕੈਟਿੰਗ ਗੇਮ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਹੂਲਤ ਦੇਣ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ। ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਅਡੀਸ਼ਨਲ ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ ਅਤੇ ਮੀਡੀਆ ਸਲਾਹਕਾਰਾ ਸ੍ਰੀ ਰਾਜ ਕੁਮਾਰ ਅਰੋੜਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਡੀ ਇਹ ਸੰਸਥਾ ਹਰ ਸਮਾਜਿਕ ਲਹਿਰ ਵਿੱਚ ਵੱਡਮੁੱਲਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਸੀਨੀਅਰ ਭਲਾਈ ਸੰਸਥਾ ਜਿੱਥੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੇ ਮਨੋਰੰਜਨ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਦਾ ਕਾਰਜ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ ਉਥੇ ਹੀ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਨੂੰ ਵੀ ਪੂਰਾ ਸਹਿਯੋਗ ਦੇ ਰਹੀ ਹੈ। ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਜਗਦੀਸ਼ ਕੋਹਲੀ, ਸੀਨੀਅਰ ਮੀਤ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮਲਕੀਤ ਸਿੰਘ ਖੱਟੜਾ ਨੇ ਸ੍ਰ: ਮਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸਿੱਧੂ ਐਸ.ਐਸ.ਪੀ. ਸੰਗਰੂਰ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸ੍ਰੀ ਸਿੱਧੂ ਇੱਕ ਨੇਕ, ਇਮਾਨਦਾਰ ਅਤੇ ਮਿਹਨਤੀ ਅਧਿਕਾਰੀ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪੂਰੀ ਟੀਮ ਅਮਨ ਸ਼ਾਂਤੀ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕ ਹੈ ਅਤੇ ਹਰ ਸ਼ਹਿਰ ਨਿਵਾਸੀ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਤੇ ਮਾਨ ਹੈ। ਅੱਜ ਦੇ ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਸ੍ਰੀ ਸਿੱਧੂ ਵੱਲੋਂ ਸ਼ਹਿਰ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਅਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਸ਼ਖਸੀਅਤਾਂ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ੍ਰੀ ਛਬੀਲ ਦਾਸ, ਯੋਗ ਗੁਰੂ ਮੋਦਨ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ, ਰਾਜ ਕੁਮਾਰ ਅਰੋੜਾ, ਪਾਲਾ ਮੱਲ ਸਿੰਗਲਾ, ਨੇਕ ਅਤੇ ਹਿੰਮਤੀ ਨੌਜਵਾਨ ਐਸ.ਐਚ.ਓ. ਸ੍ਰ: ਦੀਪਇੰਦਰ ਸਿੰਘ ਜੇਜੀ ਦੀਆਂ ਸ਼ਲਾਘਾਯੋਗ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ 1-10-1938 ਤੋਂ 31-12-1940 ਤੱਕ ਜਨਮੇ ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜਨ ਸ੍ਰੀ ਧਰਮਪਾਲ ਵਰਮਾ, ਹਰਚੇਤ ਸਿੰਘ ਚਹਿਲ, ਪ੍ਰੇਮ ਚੰਦ ਗਰਗ, ਬਲਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸਿਬੀਆ, ਹਰਬੰਸ ਸਿੰਘ ਕੁਮਾਰ, ਆਈ.ਐਸ.ਬਾਂਸਲ, ਕੁਲਵੰਤ ਕੌਰ, ਰਮੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ ਵਸਿਸ਼ਟ, ਸੰਸਾਰੀ ਲਾਲ ਗੁਪਤਾ, ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਚੰਦ ਮਿੱਤਲ ਨੂੰ ਵੀ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਸਤੰਬਰ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਜਨਮ ਲੈਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਖਸ਼ੀਅਤਾਂ ਸ੍ਰ: ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ, ਹਰਬੰਸ ਲਾਲ ਜਿੰਦਲ, ਨੀਲ ਕੁਮਾਰ ਜਿੰਦਲ, ਪਵਨ ਕੁਮਾਰ ਗੁਪਤਾ, ਸੁਰਿੰਦਰਪਾਲ ਗੁਪਤਾ, ਸੁਰੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ ਗੁਪਤਾ, ਵਿਨੋਦ ਰਿਸ਼ੀ, ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ, ਡੀ.ਡੀ.ਵੋਹਰਾ ਨੂੰ ਵੀ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਸ਼ੁਭ ਇਛਾਵਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ। ਸੰਸਥਾ ਵੱਲੋਂ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਸ੍ਰ: ਮਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸਿੱਧੂ ਅਤੇ ਡਾ: ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਸੁਖਮੀਨ ਕੌਰ ਸਿੱਧੂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

ਭਵਾਨੀਗੜ੍ਹ

ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜਨ ਸਮਾਜ ਭਲਾਈ ਸੰਸਥਾ (ਰਜਿ:) ਭਵਾਨੀਗੜ੍ਹ ਵੱਲੋਂ ਬਜ਼ੁਰਗ ਅੰਤਰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਦਿਵਸ 01 ਅਕਤੂਬਰ 2017 ਨੂੰ ਬਾਬਾ ਆਤਮਾ ਨੰਦ ਪੋਥੀ ਵਾਲੇ ਦੇ ਡੇਰੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸ਼ਰਧਾ ਅਤੇ ਧੂਮ ਧਮ ਨਾਲ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ। ਸਮਾਗਮ ਦਾ ਆਰੰਭ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਗਾਇਕ ਰਜਿੰਦਰ ਚੋਪੜਾ ਵੱਲੋਂ ਧਾਰਮਿਕ ਗੀਤ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਦੌਰਾਨ ਸਦਾ ਲਈ ਵਿਛੜੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਦੋ ਮਿੰਟ ਦਾ ਮੋਨ ਰੱਖ ਕੇ ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਦੇਣ ਉਪਰੰਤ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਇੰਦਰਪਾਲ ਸ਼ਰਮਾ ਨੇ ਹਾਜ਼ਰ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਅਤੇ ਬਾਹਰੋਂ ਆਏ ਪਤਵੰਤੇ ਸੱਜਨਾਂ ਨੂੰ ਜੀ ਆਇਆਂ ਕਿਹਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਲੰਬੀ

ਅਰੋਗ ਉਮਰ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਲਈ ਅਰਦਾਸ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਇਸ ਦਿਵਸ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਚਾਨਣਾ ਪਾਉਂਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਜੋਕੇ ਭੱਜ ਦੌੜ ਦੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਸਮਾਜਿਕ ਰਿਸ਼ਤੇ ਟੁੱਟਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਦਿਨ ਪ੍ਰਤੀ ਦਿਨ ਘੱਟਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਸੰਸਥਾ ਦਾ ਮੁੱਖ ਮਨੋਰਥ ਦੀ ਆਖਰੀ ਪਾਰੀ ਵਿੱਚ ਬਜ਼ੁਰਗ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਸਤਿਕਾਰ ਭਰੀ ਜਿੰਦਗੀ ਜਿਊਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਸ੍ਰ. ਬਲਵੰਤ ਸਿੰਘ ਸ਼ੇਰਗਿੱਲ ਸਾਬਕਾ ਏ.ਡੀ.ਸੀ., ਸ੍ਰ. ਵੀ.ਪੀ. ਸਿੰਘ, ਸ੍ਰੀ ਪਵਨ ਕੁਮਾਰ ਸ਼ਰਮਾ, ਸ੍ਰ. ਗੁਰਚਰਨ ਸਿੰਘ ਮਣਕੂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਵਿਚਾਰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬਜ਼ੁਰਗ ਸਮਾਜ ਦਾ ਵਡਮੁੱਲਾ ਤੇ ਕੀਮਤੀ ਸਰਮਾਇਆ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਨਵੀਂ ਪੀੜ੍ਹੀ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਲਈ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਤੋਂ ਸੇਧ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਸੰਭਾਲ ਵੱਲ ਉਚੇਚਾ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਰਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸ੍ਰ. ਬਲਵੰਤ ਸਿੰਘ ਸ਼ੇਰਗਿੱਲ ਸੇਵਾ ਮੁਕਤ ਏ.ਡੀ.ਸੀ. ਨੇ ਸੰਸਥਾ ਨੂੰ 1000/- ਰੁਪਏ ਸਹਾਇਤਾ ਦਿੱਤੀ। ਸਟੇਟ ਬੈਂਕ ਆਫ ਪਟਿਆਲਾ (ਇੰਡੀਆ) ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀ ਸ੍ਰ. ਹਰਲਾਲ ਸਿੰਘ ਨੇ ਸੰਸਥਾ ਨੂੰ ਦਸ ਹਜ਼ਾਰ ਰੁਪਏ ਅਤੇ ਓ.ਬੀ.ਸੀ. ਬੈਂਕ ਦੇ ਮੈਡਮ ਜਸਵੀਰ ਕੌਰ ਨੇ ਸੱਤ ਹਜ਼ਾਰ ਰੁਪਏ ਸਹਾਇਤਾ ਵਜੋਂ ਦਿੱਤੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਬੈਂਕਾਂ ਵਿੱਚ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸਕੀਮਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਡਾਕਟਰ ਅਮਿੱਤ ਬਾਂਸਲ ਨੇ ਦੰਦਾਂ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਸੰਸਥਾ ਨੂੰ 1100 ਰੁਪਏ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਵੀ ਦਿੱਤੀ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਇੰਦਰਪਾਲ ਸ਼ਰਮਾ, ਡਾ. ਕਸ਼ਮੀਰੀ ਲਾਲ ਮਿੱਤਲ, ਧਰਮਪਾਲ ਬਾਲਮ, ਹਰਨੇਕ ਸਿੰਘ ਆਸ਼ਟਾ, ਬੋਧ ਰਾਜ ਸੱਚਦੇਵਾ, ਗੁਰਚਰਨ ਸਿੰਘ ਦਾ ਹਾਰ ਪਾ ਕੇ ਅਤੇ ਸ਼ਾਲਾ ਅਤੇ ਯਾਦਗਾਰੀ ਫੋਟੋਆ ਨਾਲ ਸਨਮਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਸਾਰੀ ਸੰਗਤ ਨੂੰ ਚਾਹ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਰਿਫੈਰਸ਼ਮੈਂਟ ਨਾਲ ਨਿਵਾਜਿਆ ਗਿਆ। ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਬਾਹਰੋਂ ਆਏ ਪਤਵੰਤੇ ਮਹਿਮਾਨਾਂ, ਬੈਂਕ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ, ਪ੍ਰੈਸ ਰਿਪੋਰਟਰਾਂ ਗੀਤਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਚਿੰਨ੍ਹ ਆਦਿ ਨਾਲ ਸਨਮਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਸਮੂਹ ਸੰਗਤ ਦਾ ਹਾਰਦਿਕ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

ਤੀਆਂ ਦਾ ਮੇਲਾ

ਸਾਉਣ ਦੇ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਨਾਲ ਗੂੜ੍ਹਾ ਸਬੰਧ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਅਲੋਪ ਹੋ ਰਹੇ ਤੀਆਂ ਦੇ ਤਿਉਹਾਰ ਨੂੰ ਕੁਝ ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਅਤੇ ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜਨ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਦੋ ਵਾਰਡਾਂ ਨੰ: 4 ਅਤੇ 7 ਜੈਨ ਕਲੋਨੀ ਅਤੇ ਮੋਹਨ ਨਗਰ ਦੇ ਡਾ. ਅੰਬੇਡਕਰ ਪਾਰਕ ਵਿੱਚ ਸੀਨੀਅਰ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਵੱਲੋਂ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸ਼ਰਧਾ ਅਤੇ ਢੋਲ ਢਮਕੇ ਨਾਲ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਪਟਿਆਲਾ ਤੋਂ ਜਰਨਲਿਜ਼ਮ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਮੁੱਖੀ ਡਾ. ਹਰਜਿੰਦਰ ਵਾਲੀਆ ਦੇ ਪਤਨੀ ਮੈਡਮ ਸਵਰਨਜੀਤ ਕੌਰ ਵਾਲੀਆ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋ. ਪ੍ਰੀਤਇੰਦਰ ਕੌਰ ਸੋਨੀਆ ਕੈਨੇਡਾ ਨੇ ਬਤੌਰ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਸ਼ਿਰਕਤ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਜਸਵੰਤ ਕੌਰ ਲੈਕਚਾਰਾਰ ਮਲੇਰਕੋਟਲਾ ਅਤੇ ਬੇਬੀ ਮਨਜੀਤ ਕੈਨੇਡਾ ਨੇ ਭੀ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋ ਕੇ ਤੀਆਂ ਦੀ ਰੌਣਕ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕੀਤਾ। ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਕਰਨ ਮਗਰੋਂ ਤੀਆਂ ਦਾ ਮੇਲਾ ਲਾਇਆ। ਮੇਲੇ ਵਿੱਚ ਭਾਰੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਕੁੜੀਆਂ ਨੇ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਨਾਲ ਗਿੱਧੇ ਵਿੱਚ ਲੋਕ ਬੋਲੀਆ ਪਾ ਕੇ ਖੂਬ ਮਨੋਰੰਜਨ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਪਬਲਿਕ ਵੈਲਫੇਅਰ ਕਲੱਬ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਚਰਨ ਸਿੰਘ ਚੋਪੜਾ, ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜਨ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਇੰਦਰਪਾਲ ਸ਼ਰਮਾ, ਨਗਰ ਕੌਂਸਲ ਦੇ ਸਾਬਕਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਪਵਨ ਕੁਮਾਰ ਸ਼ਰਮਾ, ਸੀਨੀਅਰ ਮੈਂਬਰ ਕੁਲਦੀਪ ਸ਼ਰਮਾ, ਡਾ. ਵਿਨੋਦ ਧਵਨ, ਸਾਲਗ ਰਾਮ, ਕਰਮਜੀਤ, ਗੁਰਮੇਲ ਸਿੰਘ, ਸੁਖਵੀਰ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਬਲਦੇਵ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਨੇ ਭੀ ਇਸ ਤਿਉਹਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਪੂਰਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ।

ਰੂਪਨਗਰ

01-07-2017 ਨੂੰ ਹੋਈ ਮਹੀਨੇ ਵਾਰ ਮੀਟਿੰਗ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਸਵਰਗਵਾਸ ਹੋਏ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ 2 ਮਿੰਟ ਦਾ ਮੌਨ ਧਾਰ ਕੇ ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਭੇਟ ਕਰਕੇ ਹੋਈ। ਫੌਰਟੀਜ਼ ਹਸਪਤਾਲ, ਮੋਹਾਲੀ ਦੀ ਟੀਮ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੇ Basic Life Support ਸਿਸਟਮਜ਼ ਬਾਰੇ DEMO ਦੇ ਕੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। Dummy ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ ਪੈਣ ਜਾਂ ਐਕਸੀਡੈਂਟ ਹੋਣ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਦੀ ਕਿਵੇਂ ਜਾਨ ਬਚਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਇਸ ਦਾ Live Demo Dummies ਤੇ ਕਰ ਕੇ ਸਮਝਾਇਆ।

ਨਿਊਜ਼ ਲੈਟਰ ਸੁਨਹਿਰੇ ਪਲ ਦਾ 18ਵਾਂ ਅੰਕ ਲੋਕ ਅਰਪਣ ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟਿਜ਼ਨਜ਼ ਦੇ 18ਵੇਂ ਅੰਕ ਦਾ ਲੋਕਅਰਪਣ 1-07-2017 ਨੂੰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਹ ਰਸਮ ਸ਼ਹਿਰ ਕੇ ਉਘੇ ਵਕੀਲ ਸ. ਹਰਮੋਹਨਪਾਲ ਸਿੰਘ ਨੇ ਅਦਾ ਕੀਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸੰਸਥਾ ਦੀ ਬੇਹਤਰੀ ਲਈ 11000 ਰੁਪਏ ਦੀ ਮਾਲੀ ਮੱਦਦ ਦੇ ਕੇ ਸੰਸਥਾ ਪ੍ਰਤੀ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਤੀਬਧਤਾ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਕੀਤਾ। ਨਿਊਜ਼ ਲੈਟਰ ਲਈ ਇਸਤਿਹਾਰ ਦੇ ਕੇ ਮੱਦਦ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸ਼ਖਸ਼ੀਅਤਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

14.07.2017 ਨੂੰ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਕਮੇਟੀ ਅਤੇ ਆਰ.ਟੀ.ਆਈ. ਐਕਟ ਇਨਫਾਰਮੇਸ਼ਨ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਕੰਮ ਕਾਰ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਮੀਟਿੰਗ ਕੌਂਸਲ ਦੇ ਦਫਤਰ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਪ੍ਰਧਾਨ ਵੱਲੋਂ ਐਚ.ਓ.ਡੀ. ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ੀ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਮੈਂਬਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੁਝਾਅ ਵੀ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੇ ਵਿਸਥਾਰ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਵਿਟਾਂਦਰਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

17.07.2017 ਨੂੰ ਸਕਿਓਰਿਟੀ ਆਫ ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜ਼ਨਜ਼ ਐਂਡ ਲੀਗਲ ਮੈਟਰਜ਼ ਕਮੇਟੀ ਅਤੇ ਕੈਰੀਅਰ ਕੌਂਸਲਿੰਗ ਐਂਡ ਮੌਰਲ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਕੰਮ ਕਾਰ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਮੀਟਿੰਗ ਕੌਂਸਲ ਦੇ ਦਫਤਰ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਗਈ।

01.08.2017 ਨੂੰ ਹੋਈ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਸਵਰਗਵਾਸੀ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ 2 ਮਿੰਟ ਦਾ ਮੌਨ ਰੱਖ ਕੇ ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ। ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਦਿਲ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਲਈ ਮਾਇਓ ਹਸਪਤਾਲ ਮੁਹਾਲੀ ਦੇ ਦਿਲ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਮਾਹਿਰ ਡਾਕਟਰ ਦਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਬਿਸਤ ਨੇ ਆਪਣੀ ਸ਼ਗਕਤਕਅਵਜਰਅ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਦਿਲ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰ ਸਹਿਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੇ ਉਪਾਅ ਬਾਰੇ ਰੋਸ਼ਨੀ ਪਾਈ। ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਇੰਜ.ਕਰਨੈਲ ਸਿੰਘ ਨੇ ਸੰਸਥਾ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਅਤੇ ਬਣਫੁਟ ਦੀ 22.07.2017 ਨੂੰ ਲੁਧਿਆਣੇ ਹੋਈ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਵਿਚਾਰੇ ਅਤੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ 18.07.2017 ਨੂੰ ਜਿਲਾ ਕਮੇਟੀ ਫਾਰ ਫੁਕਅਜਰਗ ਫਜਵਜਕਅਤ ਦੀ ਹੋਈ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਨਾਲ, ਬੁਜਰਗਾਂ ਸਬੰਧੀ ਹੋਈਆਂ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ।

08.08.2017 ਨੂੰ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਮੁਤਾਬਿਕ ਜਿਲ੍ਹਾ ਅਤੇ ਸ਼ੈਸ਼ਨ ਜੱਜ ਦੇ ਆਦੇਸ਼ ਅਨੁਸਾਰ ਇੱਕ ਮੀਟਿੰਗ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਜਿਸ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਚੀਫ ਜੁਡੀਸ਼ੀਅਲ ਮੈਜਿਸਟਰੇਟ ਅਜੀਤ ਪਾਲ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕੀਤੀ। ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ ਮੈਨਟੇਨੈਂਸ ਐਂਡ ਵੈਲਫੇਅਰ ਆਫ ਪੈਰੈਂਟਸ ਐਂਡ ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜ਼ਨਸ ਐਕਟ 2007 ਦੀਆਂ ਧਾਰਾਵਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜ਼ਨਜ਼ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜ਼ਨਜ਼ ਦੁਆਰਾ ਉਠਾਏ ਗਏ ਸਵਾਲਾਂ ਦਾ ਤੱਸਲੀਬਖਸ਼ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਮਾਧਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਮਿਤੀ 01.09.2017 ਨੂੰ ਹੋਈ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਸਿਵਲ ਹਸਪਤਾਲ, ਰੋਪੜ ਦੇ ਐਪੀਡੈਮਿਕ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਮਾਹਿਰ ਡਾਕਟਰ ਸੁਮਿਤ ਸਰਮਾ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਅਵਨੀਤ ਰੰਧਾਵਾ ਨੇ ਬਰਸਾਤ ਦੇ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਲੱਛਣ, ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਰੋਕਥਾਮ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕੇ ਵਿਭਾਗ ਵਲੋਂ ਘਰ-ਘਰ ਜਾਕੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨ ਦੀ ਮੁਹਿੰਮ ਚਲਾਈ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜ਼ਨ ਦਾ ਯੋਗਦਾਨ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਕੋਤਰ ਸੌਵਾਂ ਜਨਮ ਦਿਨ

ਆਪਣੇ ਕੋਤਰ ਸੌਵਾਂ ਜਨਮ ਦਿਨ ਤੇ ਇਸ ਵੱਡੀ ਹਵੇਲੀ ਵਿੱਚ ਮੈਂ ਕਲਮ ਕੱਲਾ ਬੈਠਾ ਬੀਤੇ ਵੇਲਿਆਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਕੇ ਝੂਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ। ਮੇਰੀ ਨਾਨੀ ਦਸਦੀ ਸੀ ਕਿ ਮੈਂ ਸੌ ਵਰ੍ਹੇ ਜੀਵਾਂਗਾ ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਨੇ ਮੇਰੀ ਲੰਮੀ ਉਮਰ ਲਈ ਅਰਦਾਸ ਕੀਤੀ ਸੀ ਜੋ ਗੁਰੂ ਨੇ ਪਰਵਾਨ ਕਰ ਲਈ ਸੀ।

ਮੇਰੇ ਨਾਨਕੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਨਗਰੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਹਨ। ਮੇਰੇ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੇਰੀ ਮਾਂ ਦੇ ਦੋ ਪੁੱਤਰ ਛਿਲੇ ਵਿੱਚ ਹੀ ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਪਿਆਰੇ ਹੋ ਗਏ ਸਨ। ਤੀਜੇ ਜਣੇਪੇ ਵੇਲੇ ਮੇਰੀ ਨਾਨੀ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਦਰਬਾਰ ਸਾਹਿਬ ਜਾ ਕੇ ਅਰਦਾਸ ਕਰਦੀ ਕਿ ਉਸ ਦੀ ਧੀ ਦਾ ਤੀਜਾ ਬੱਚਾ ਬਚ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਲੰਮੀ ਉਮਰ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇ। ਜੇ ਉਹ ਮੁੰਡਾ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਉਹ ਗੁਰੂ ਦਾ ਸਿੱਖ ਸਜਾਵੇਗੀ। ਉਸ ਦੇ ਕਹੇ ਮੁਤਾਬਿਕ ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਮੈਂ ਬਚ ਗਿਆ। ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਚੌਂ ਵਾਕ ਲਿਆ ਗਿਆ ਤਾਂ 'ਰ' ਅੱਖਰ ਨਿਕਲਿਆ ਮੇਰੀ ਨਾਨੀ ਨੇ ਚੌਥੇ ਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਂ ਤੇ ਮੇਰਾ ਨਾਂ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਰੱਖਿਆ।

ਛੋਟੇ ਹੁੰਦੇ ਤੇ ਮੇਰੇ ਕੇਸ ਵੀ ਰੱਖੇ ਹੋਏ ਸਨ। ਮੇਰੇ ਦਾਦਾ ਜੀ ਲਾਹੌਰ ਦੇ ਆਰੀਆ ਸਮਾਜ ਦੇ ਮੋਢੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਨ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮੇਰਾ ਮੁੰਡਾ ਕਰਵਾ ਦਿੱਤਾ। ਮੇਰਾ ਨਾਂ ਤਾਂ ਸਿੱਖ ਵਾਲਾ ਰਿਹਾ ਪਰ ਸਰੂਪ ਸਿੱਖ ਵਾਲਾ ਨਾ ਰਿਹਾ।

ਸਾਡੇ ਲਾਹੌਰ ਵਿੱਚ ਕਈ ਕਾਰਖਾਨੇ ਸਨ ਅਤੇ ਸਾਡਾ ਖਾਨਦਾਨ ਧਨਾਢ ਸੀ। ਮੇਰੇ ਦਾਦਾ ਜੀ ਦੀ ਸਰਕਾਰੇ ਦਰਬਾਰੇ ਇਜ਼ਤ ਸੀ ਅਤੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਸਰਕਾਰ ਵਲੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰਾਏ ਬਹਾਦਰ ਦਾ ਖਿਤਾਬ ਮਿਲਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ।

ਸਾਡੇ ਰੋਜ਼ਰੀ ਅਤੇ ਸਲਾਜੀਤ ਦੇ ਕਾਰਖਾਨਿਆਂ ਦੀ ਜੁੰਮੇਵਾਰੀ ਮੈਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ। ਰੋਜ਼ਰੀ ਦੀ ਫੌਜ ਦੀ ਮੰਗ ਕਈ ਗੁਣਾਂ ਵਧ ਗਈ। ਅਸੀਂ ਸਿਵਲ ਦਾ ਕੰਮ ਘੱਟ ਕਰਕੇ ਫੌਜੀ ਜਰਸੀਆਂ ਜੁਰਾਬਾਂ, ਪੱਟੀਆਂ ਵੱਲ ਜ਼ਿਆਦਾ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਲੱਗੇ। ਲੜਾਈ ਕਾਰਨ ਅਸੀਂ ਲੱਖਪਤੀ ਤੋਂ ਕਰੋੜਪਤੀ ਹੋ ਗਏ। ਸਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਲਾਹੌਰ ਦੇ ਚੰਦ ਗਿਣਿਆਂ ਚੁਣਿਆਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲੱਗਾ। ਲੜਾਈ ਮੁੱਕੀ ਤਾਂ ਮੁਲਕ ਆਜ਼ਾਦ ਹੋਣ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਹੋਣ ਲੱਗ ਪਈਆਂ। ਅੰਗਰੇਜ਼ਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਜੇ ਹਿੰਦੂ ਮੁਸਲਮਾਨ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਤੇ ਸਹਿਮਤ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਉਹ ਹਿੰਦੁਸਤਾਨ ਛੱਡ ਜਾਣਗੇ। ਪਰ ਮੁਸਲਮਾਨਾਂ ਨੇ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਵੰਡ ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਤਾਂ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣਾ ਵਤਨ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਬਣਾ ਸਕਣ। ਫਿਰਕੂ ਦੰਗੇ ਫਸਾਦ ਹੋਣ ਲੱਗੇ ਜਿਸ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਬਣ ਗਿਆ।

ਸਾਡੇ ਲਈ ਇਹ ਬਟਵਾਰਾ ਬਰਬਾਦੀ ਲੈ ਕੇ ਆਇਆ। ਮੇਰੇ ਮਾਪੇ ਜਿਹੜੇ ਬਜ਼ਿਦ ਸਨ ਕਿ ਉਹ ਲਾਹੌਰ ਨਹੀਂ ਛੱਡਣਗੇ ਓਥੇ ਹੀ ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਸਾੜ ਦਿੱਤੇ ਗਏ। ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਸਕਾਰ ਵੀ ਨਾ ਕਰ ਸਕੇ।

ਗੁਰੂ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਮੇਰੀ ਨਾਨੀ ਦੇ ਕਹੇ ਮੁਤਾਬਿਕ ਮੈਂ ਅੱਜ ਸੌ ਸਾਲਾਂ ਦਾ ਤਾਂ ਹੋ ਗਿਆ ਹਾਂ ਪਰ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਜਨਮ ਦਿਨ ਮਨਾਉਣ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਸੰਗੀ ਸਾਥੀ ਨਹੀਂ। ਪੁੱਤ ਨੇ ਅਤੇ ਪੋਤਿਆਂ ਨੇ ਮੁਬਾਰਕਬਾਦ ਦੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਰਾਹੀਂ ਸੁਨੇਹੇ ਭੇਜੇ ਹਨ ਅਤੇ ਪੋਤੇ ਨੇ ਮੇਰੀ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਪੜ੍ਹੇਤੀ ਨਾਲ ਵੀ ਗੱਲ ਕਰਵਾਈ ਜਿਸ ਨੇ ਤੋਤਲੀ ਜੁਬਾਨ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ 'ਗਰੇਟ ਗਰੈਂਡ ਡੈਡ ਆਈ ਵਿਸ਼ ਯੂ ਏ ਵੈਰੀ ਹੈਪੀ ਬਰਥ ਡੇ। ਹੁਓ ਆਰ ਯੂ ਸੈਲੀਬਰੇਟਿੰਗ ਇਟ?'

ਉਸ ਦੀ ਗੱਲ ਸੁਣ ਕੇ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣਾ ਬਚਪਨ ਯਾਦ ਆ ਗਿਆ। ਕਿਸ ਸ਼ਾਨ ਨਾਲ ਸਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਮੇਰਾ ਜਨਮ ਦਿਨ ਮਨਾਉਂਦਾ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਸੁਭਾ ਸਵੇਰੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਪੂਜਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ ਅਤੇ ਮੇਰੀ ਲੰਮੀ ਉਮਰ ਦੀ ਅਰਦਾਸ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਫੇਰ ਯਤੀਮਖਾਨੇ ਜਾ ਕੇ ਅਨਾਥ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਮਿਠਾਈਆਂ ਵੰਡੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਸਨ। ਉਸ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਭੇਰਾ ਸਾਹਿਬ ਜਾ ਕੇ ਦੇਗ ਕਰਵਾਈ ਜਾਂਦੀ ਸੀ ਅਤੇ ਲੰਗਰ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਦਾਤਾ ਗੰਜ ਬਖਸ਼ ਦੇ ਮਿਜ਼ਾਬ ਤੇ ਨਿਆਜ਼ ਦਿੱਤੀ

ਜਾਂਦੀ ਸੀ ਅਤੇ ਮਿੱਠੇ ਚੌਲਾਂ ਦਾ ਚੜ੍ਹਾਵਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ। ਰਾਤ ਨੂੰ ਫਲੈਟੀ ਹੋਟਲ ਵਿਚ ਬਰਥ ਡੇ ਪਾਰਟੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਪਤਵੰਤਿਆਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਉੱਚ ਸਰਕਾਰੀ ਅਧਿਕਾਰੀ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਕਿਥੇ ਉਹ ਬਚਪਨ ਦੀਆਂ ਚੌਣਕਾਂ ਅਤੇ ਕਿਥੇ ਇਹ ਬੁਢਾਪੇ ਦਾ ਇੱਕਲਾਪਨ ਜਦ ਕੋਈ ਖੁਸ਼ੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਵੀ ਨਹੀਂ।

ਮੈਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਯਾਦਾਂ ਵਿਚ ਡੁੱਬਿਆ ਹੋਇਆ ਸਾਂ ਕਿ ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਗੁਲਾਬ ਦੇ ਮਹਿਕਦੇ ਹੋਏ ਸੌ ਫੁੱਲਾਂ ਦਾ ਬੁਕੇ ਲੈ ਕੇ ਆਇਆ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਪੈਰੀਂ ਹੱਥ ਲਾ ਕੇ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, 'ਰਾਏ ਸਾਹਿਬ ਹੈਪੀ ਬਰਥ ਡੇ'। ਮੈਂ ਉਸ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਨਾਲ ਲਾ ਕੇ ਸਿਰ ਪਲੇਸਿਆ ਅਤੇ ਅਸੀਸ ਦਿੱਤੀ। 'ਬਰਖੁਰਦਾਰ! ਜੁਆਨੀਆਂ ਮਾਣੇ ਖੁਸ਼ ਰਹੋ - ਤੂੰ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਮੇਰਾ ਬਚਪਨ ਵਾਪਸ ਲਿਆ ਦਿੱਤਾ।'

ਮੈਂ ਇਸ ਨੌਜਵਾਨ ਨੂੰ ਸੈਰ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਕਈ ਵਾਰੀ ਰੋਜ਼ ਗਾਰਡਨ ਵਿਚ ਮਿਲਿਆ ਸਾਂ। ਉਥੇ ਹੀ ਗੱਲਾਂ ਗੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਉਸਨੇ ਮੇਰੀ ਉਮਰ ਪੁੱਛੀ ਤਾਂ ਮੈਂ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜਨਮ ਤਰੀਕ ਦੱਸੀ। ਉਸ ਨੇ ਹੈਰਾਨੀ ਨਾਲ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਏਨੀ ਲੰਮੀ ਉਮਰ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਬੰਦੇ ਨਾਲ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ। ਉਸ ਨੇ ਮੇਰਾ ਜਨਮ ਦਿਨ ਯਾਦ ਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਮੁਬਾਰਕਬਾਦ ਦੇਣ ਆ ਗਿਆ।

ਉਹ ਮੈਨੂੰ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ, 'ਰਾਏ ਸਾਹਿਬ ਚਲੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਮਨ ਪਸੰਦ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਵਾ ਕੇ ਲਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਨਾਲ ਰੋਜ਼ ਗਾਰਡਨ ਦੀ ਸੈਰ ਕਰਵਾ ਕੇ ਲਿਆਵਾਂ।'

ਉਸ ਨੇ ਸਹਾਰਾ ਦੇ ਕੇ ਆਪਣੀ ਕਾਰ ਵਿਚ ਬਿਠਾ ਲਿਆ। ਪਹਿਲਾਂ ਅਸੀਂ ਨਿੰਮ ਵਾਲੇ ਚੌਂਕ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਰੋੜ੍ਹੀ ਵਾਲੇ ਤੋਂ ਗੋਲਗੱਪੇ ਖਾਏ - ਫੇਰ ਸਾਬਣ ਬਾਜ਼ਾਰ ਵਿਚੋਂ ਘੁਟੂ ਮੱਲ ਦੀ ਦੁਕਾਨ ਤੋਂ ਰਸਗੁੱਲੇ ਖਾਏ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਸਿਵਲ ਲਾਈਨਜ਼ ਵਿਚ ਕਾਲਜ ਰੋਡ ਤੋਂ ਮੇਰੇ ਮਨਪਸੰਦ ਹਲਵਾਈ ਤੋਂ ਗੁਲਾਬ ਜਾਮਣਾਂ ਖਾਧੀਆਂ। ਮੈਨੂੰ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿਧਰੋਂ ਐਨੀ ਭੁੱਖ ਲੱਗੀ ਮੈਂ ਤਾਂ ਦਸ ਗੋਲ ਗੱਪੇ ਅਤੇ ਪੰਜ ਗੁਲਾਬ ਜਾਮਣਾਂ ਚੱਟ ਕਰ ਗਿਆ।

ਸੂਰਜ ਦੇ ਛਿਪਾ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਰੋਜ਼ ਗਾਰਡਨ ਵਿਚ ਜਾ ਬੈਠੇ। ਫੁਆਰੇ ਚਲ ਰਹੇ ਸਨ ਅਤੇ ਲਾਊਡ ਸਪੀਕਰ ਤੇ ਬਜ਼ਰਗਾਂ ਦੇ ਮਨ ਪਰਚਾਵੇ ਲਈ ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਫਿਲਮਾਂ ਦੇ ਗੀਤ ਵਜ ਰਹੇ ਸਨ। ਜਦ ਰਾਤ ਕਾਫੀ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਨੌਜਵਾਨ ਮੈਨੂੰ ਮੇਰੀ ਹਵੇਲੀ ਵਿਚ ਛੱਡ ਗਿਆ। ਪਰ ਮੈਨੂੰ ਹੁਣ ਇੱਕਲ ਨਹੀਂ ਲੱਗੀ। ਮੈਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਪਿਆਰ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਖੂਨ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਵੀ ਗੂੜ੍ਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਸ ਨੌਜਵਾਨ ਦੀ ਇਕ ਪਿਆਰੀ ਹਰਕਤ ਨੇ ਮੇਰਾ ਕੋਤਰ ਸੌਵਾਂ ਜਨਮ ਦਿਨ ਯਾਦਗਾਰੀ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ।

ਅਮਰਜੀਤ ਸਿੰਘ

ਮਾਵਾਂ ਠੰਢੀਆਂ ਛਾਵਾਂ

ਮਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪੂਰਨ ਸ਼ਬਦ ਹੈ। ਹਰ ਮੁਸ਼ਕਲ ਵੇਲੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚੋਂ ਸੱਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮਾਂ ਸ਼ਬਦ ਹੀ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ। ਮਾਂ ਦੀ ਗੋਦ ਵਿੱਚ ਬੱਚਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਮਾਂ ਸ਼ਬਦ ਵਿੱਚ ਸਾਗੁਰ ਤੋਂ ਵੱਧ ਗਹਿਰਾਈ ਤੇ ਹਿਮਾਲਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਚਾਈ ਹੈ। ਜੇ ਪਿਆਰ ਸਾਨੂੰ ਮਾਂ ਤੋਂ ਮਿਲਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਮਾਂ ਤੋਂ ਨੇੜਲਾ ਹੋਰ ਕੋਈ ਸਾਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਮਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਦਰਦ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਮਾਂ ਹੀ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦੁੱਖਾਂ ਦੀ ਦਾਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕੁਰਬਾਨੀ ਦੇਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਲਈ ਮੁਨਸ਼ੀ ਪ੍ਰੇਮ ਚੰਦ ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ 'ਮਾਂ ਦੀ ਕੁਰਬਾਨੀ ਦਾ ਮੁੱਲ ਕੋਈ ਪੁੱਤਰ ਨਹੀਂ ਉਤਾਰ ਸਕਦਾ ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਸਾਰੀ ਧਰਤੀ ਦਾ ਮਾਲਕ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਵੇ।

ਮਾਂ ਨੌ ਮਹੀਨੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਖੂਨ ਨਾਲ ਪਾਲਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਸਾਹ ਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਮਾਂ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਰਿਸ਼ਤਾ ਆਖਰੀ ਸਾਹ 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਰੁਕਦਾ ਹੈ। ਗੁਰਬਖਸ ਸਿੰਘ ਪ੍ਰੀਤਲੜੀ ਨੇ ਇਸ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ

ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ 'ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਦੇ ਬਰਾਬਰ, ਨਾ ਕਿਸੇ ਰੱਬ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਸੋਚ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਦਾ ਨਿਰਾ ਦੁੱਧ ਹੀ ਨਹੀਂ ਪੀਂਦਾ, ਉਹਦੇ ਦਿਲ ਤੇ ਲਹੂ ਨੂੰ ਕਈ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਜਾਨ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਇੱਕ ਮਾਂ ਹੀ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਰਕ ਵਾਲੀ ਹੋਵੇ ਭਾਵੇਂ ਸਵਰਗ ਵਾਲੀ। ਇੱਕ ਮਾਂ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੀ ਕਿ ਉਸ ਦਾ ਬੱਚਾ ਘਟੀਆ ਕੰਮ ਕਰੇ ਤੇ ਬਦਨਾਮ ਹੋਵੇ। ਹਰ ਮਾਂ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਨੂੰ ਮੈਂ ਪੈਦਾ ਕੀਤਾ, ਉਹ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਤਰੱਕੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੇ ਤਾਂ ਜੋ ਦੁਨੀਆਂ ਮੇਰੀ ਪੈਦਾਇਸ਼ 'ਤੇ ਮਾਣ ਕਰੇ। ਕਹਿੰਦੇ ਨੇ ਮਾਂ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਦੀ ਉਸ ਸਮੇਂ ਕੋਈ ਹੱਦ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ ਜਦੋਂ ਉਸ ਦਾ ਪੁੱਤਰ ਤਰੱਕੀ ਦੇ ਮੀਲ ਪੱਥਰ ਨੂੰ ਛੂਹ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਚੰਗੀ ਮਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਵੇਗੀ ਤੇ ਚੰਗੀ ਸਿੱਖਿਆ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰ ਕੇ ਹੀ ਬੱਚਾ ਵੱਡਾ ਹੋ ਕੇ ਚੰਗਾ ਨਾਗਰਿਕ ਬਣ ਸਕੇਗਾ। ਇਸ ਲਈ ਹੀ ਨੈਪੋਲੀਅਨ ਨੇ ਕਿਹਾ ਸੀ ਕਿ 'ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਚੰਗੀਆਂ ਮਾਵਾਂ ਦਿਉ ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚੰਗੀ ਕੌਮ ਦਿਆਂਗਾ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਇਬਰਾਹਿਮ ਲਿੰਕਨ ਨੇ ਆਪਣੀ ਸਫਲਤਾ ਦਾ ਸਿਹਰਾ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਦੇ ਸਿਰ ਬੰਨ੍ਹਦਿਆਂ ਆਖਿਆ, 'ਮੈਂ ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਹਾਂ ਜਾਂ ਹੋਣ ਦੀ ਆਸ ਰੱਖਦਾ ਹਾਂ ਇਹਦਾ ਸਿਹਰਾ ਮੇਰੀ ਫਰਿਜ਼ਤਿਆਂ ਵਰਗੀ ਮਾਂ ਦੇ ਸਿਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।'

ਮਾਂ ਨੂੰ ਰੱਬ ਦਾ ਰੂਪ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਕਹਾਵਤ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਹਰ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦਾ। ਇਸੇ ਲਈ ਉਸ ਨੇ ਮਾਂ ਨੂੰ ਬਣਾਇਆ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਕਵੀ ਨੇ ਕਿੰਨਾ ਸੋਹਣਾ ਲਿਖਿਆ ਹੈ।

ਮਾਂ ਨਾ ਹੁੰਦੀ ਜੱਗ ਨਾ ਹੁੰਦਾ, ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਫਿਰ ਰੱਬ ਨਾ ਹੁੰਦਾ।

ਭਾਵ ਕਿ ਮਾਂ ਨੂੰ ਰੱਬ ਦਾ ਦਰਜਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਇਸੇ ਲਈ ਜੇਕਰ ਰੱਬ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਤੀਰਥ ਸਥਾਨਾਂ 'ਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਰੱਬ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਮਿਲ ਜਾਵੇਗਾ। ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਲੋਕ ਗਾਇਕ ਕੁਲਦੀਪ ਮਾਣਕ ਨੇ ਮਾਂ ਨੂੰ ਰੱਬ ਦਾ ਦਰਜਾ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਕਿਹਾ ਹੈ :

ਮਾਂ ਦੀ ਪੂਰਾ ਰੱਬ ਦੀ ਪੂਜਾ, ਮਾਂ ਤਾ ਰੱਬ ਦਾ ਨਾਂ ਹੈ ਦੂਜਾ

ਮਾਂ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਜ਼ਰਾ ਵੀ ਖੋਟ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਨਾਵਲਕਾਰ ਨਾਨਕ ਸਿੰਘ ਨੇ ਮਾਂ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਕਿ 'ਗੁੜ੍ਹ ਦੇ ਸੁਭਾਅ ਵਿੱਚ ਹੀ ਜਿਵੇਂ ਮਿਠਾਸ ਹੈ ਉਵੇਂ ਹਰ ਮਾਂ ਦਾ ਮਨ ਵਾਤਸਲਯ ਦਾ ਬਣਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।' ਮਾਂ ਦਾ ਪਿਆਰ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਬਰਾਬਰ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਮਾਂ ਦੇ ਪਿਆਰ 'ਤੇ ਕਦੇ ਵੀ ਪੱਤਝੜ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। ਮਾਂ ਬੱਚੇ ਲਈ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਸਵਰਗ ਦੇ ਸਮਾਨ ਹੈ। ਮਾਂ ਇੱਕ ਮਧੁਰਤਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੀ ਮਧੁਰਤਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਵਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਮਾਂ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਵਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਕਿੰਨੇ ਚੰਗੇ ਹਾਂ।

ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜਦ ਮੁਗਲ ਬਾਦਸ਼ਾਹ ਅਕਬਰ ਦੀ ਮਾਤਾ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋਈ ਤਦ ਉਹ ਉੱਚੀ ਉੱਚੀ ਰੋਣ ਲਗ ਪਿਆ। ਇਹ ਸੱਭ ਵੇਖ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਰਬਾਰੀ ਬੀਰਬਲ ਨੇ ਕਿਹਾ 'ਬਾਦਸ਼ਾਹ ਤੁਸਹੀ ਕਿਉਂ ਰੋ ਰਹੇ ਹੋ? ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਦਾ ਘਾਟ ਹੈ?' ਬਾਦਸ਼ਾਹ ਅਕਬਰ ਨੇ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਕਿਹਾ 'ਹੁਣ ਮੈਨੂੰ ਬਾਦਸ਼ਾਹ ਅਕਬਰ ਆਖ ਕੇ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਹੀ ਬੁਲਾਉਣਗੇ। ਪਰ ਕੋਈ ਵੇ ਅੱਕੂ' ਨਹੀਂ ਆਖੇਗਾ।' ਇਹ ਸੁਣ ਕੇ ਹਾਜ਼ਰ ਜਵਾਬੀ ਬੀਰਬਲ ਵੀ ਨਿਉਂਤਰ ਸੀ। ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਕਵੀ ਪ੍ਰੋ: ਮੋਹਨ ਸਿੰਘ ਮਾਂ ਬਾਰੇ ਲਿਖਦੇ ਹਨ :-

ਮਾਂ ਵਰਗਾ ਘਣਛਾਵਾਂ ਬੂਟਾ, ਕਿਧਰੇ ਨਾ ਨਜ਼ਰ ਨਾ ਆਵੇ।

ਜਿਸ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਛਾਂ ਉਧਾਰੀ, ਰੱਬ ਨੇ ਸਵਰਗ ਬਣਾਏ।

ਬਾਕੀ ਕੁਝ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਬੂਟੇ, ਜੜ ਸੁਕਿਆ ਮੁਰਝਾਏ।

ਐ ਪਰ ਫੁੱਲਾਂ ਦੇ ਮੁਰਝਾਇਆਂ, ਇਹ ਬੂਟਾ ਸੁੱਕ ਜਾਏ।

ਮਾਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਹਿੱਕ ਅਨਮੋਲ ਖਜਾਨਾ ਹੈ। ਮਾਂ ਸਾਨੂੰ ਜਨਮ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਪਾਲ ਪੋਸ

ਕੇ ਵੱਡਾ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਪੁੱਤਰ ਵੱਡਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਵਿਆਹ ਕੇ ਘਰ ਵਹੁਟੀ ਲੈ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਵਹੁਟੀ ਸ਼ਾਂਤ ਸੁਭਾਅ ਵਾਲੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਮਾਂ-ਪੁੱਤਰ ਦਾ ਪਿਆਰ ਬਰਕਰਾਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਜੇਕਰ ਵਹੁਟੀ ਗੁੱਸੇ ਵਾਲੀ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਪੁੱਤਰ ਦੇ ਧਿਰਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਪਿਸ ਕੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਤਨੀ ਸੱਸ-ਸਹੁਰੇ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣਾ ਲੋਚਦੀ ਹੈ। ਘਰ ਵਿੱਚ ਅਜੀਬ ਜਿਹਾ ਵਾਤਾਵਰਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਤੀ ਬੇਵੱਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਖਰ ਵਿੱਚ ਪਤੀ ਨੂੰ ਪਤਨੀ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦ ਅੱਗੇ ਝੁਕਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਮਾਂ ਠੰਢੀ ਛਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਕਿਤੇ ਵੱਖ ਰਹਿਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਬੱਚਾ ਭਾਵੇਂ ਕਿੰਨੀ ਹੀ ਦੂਰ ਚਲਿਆ ਜਾਵੇ, ਪਰ ਉਹ ਕਦੇ ਵੀ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਭੁੱਲ ਸਕਦਾ ਪਰ ਅੱਜ ਦੇ ਕਲਯੁਗੀ ਜ਼ਮਾਨੇ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਅਜਿਹੇ ਵੀ ਹਨ ਜੋ ਦੌਲਤ ਖਾਤਰ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਦਾ ਕਤਲ ਵੀ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਮਾਂ ਕਦੇ ਇਹ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੀ ਕਿ ਉਸ ਦਾ ਪੁੱਤਰ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਕਮਾਈ ਦੇਵੇ ਜਾਂ ਉਸ ਦੀ ਹਰ ਇੱਛਾ ਪੂਰੀ ਕਰੇ। ਮਾਂ ਸਿਰਫ ਇਹ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦਾ ਪੁੱਤਰ ਖੁਸ਼ ਰਹੇ। ਫਿਰ ਅਸੀਂ ਇੰਨੇ ਪੱਥਰ ਦਿਲ ਕਿਉਂ ਹੋ ਗਏ ਹਾਂ ਕਿ ਵੱਡੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਕੋਠੀਆਂ ਪਾ ਕੇ ਵੀ ਮਾਂ ਦੀ ਮੰਜੀ ਜਿੰਨੀ ਥਾਂ ਨਾ ਬਚਾ ਸਕੀਏ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਿਰਧ ਆਸ਼ਰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਛੱਡ ਦਈਏ ਤਾਂ ਇੱਕ ਕਵੀ ਅਨੁਸਾਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਿਲ ਵਿਚੋਂ ਇਹੀ ਅਵਾਜ਼ ਨਿਕਲਦੀ ਹੈ :

ਸਿਰ ਛੁਪਨੇ ਕੇ ਮੈਂ ਕਹਾਂ ਜਾਊ, ਮੈਂ ਮੋਜਮ ਨਾ ਮੈਂ ਪੁਜਾਰੀ ਹੂੰ।

ਮੁਝੇ ਘਰ ਸੇ ਨਾ ਨਿਕਾਲ ਬੇਟੇ ਤੇਰੇ ਬਚਪਨ ਕੀ ਮੈਂ ਸਵਾਰੀ ਹੂੰ।

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇੱਕ ਗੀਤ ਦੇ ਬੋਲ ਹਨ 'ਪੁੱਤਾਂ ਨੇ ਬਣਾ ਲਏ ਬੰਗਲੇ ਮੰਜੀ ਡਾਹੁਣ ਨੂੰ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਤੇਰੇ'। ਜਵਾਬ ਮਿਲਦਾ ਹੈ 'ਜੁੱਗੋ ਜੁੱਗ ਰਹਿਣ ਵਸਦੇ ਤਾਂ ਵੀ ਪੁੱਤ ਤਾਂ ਵੱਜਣਗੇ ਮੇਰੇ'

ਅਸੀਂ ਇੰਨਾ ਪੱਥਰ ਦਿਲ ਨਾ ਬਣੀਏ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਵਾਲੀ, ਪਾਲ ਪੋਸ ਕੇ ਵੱਡਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀ, ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜਿਉਣ ਦੇ ਢੰਗ ਸਿਖਾਉਣ ਵਾਲੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮੰਜੀ ਡਾਹੁਣ ਦੀ ਥਾਂ ਵੀ ਨਾ ਦੇ ਸਕੀਏ ਅਤੇ ਮਾਂ ਭਾਵ ਰੱਬ ਨੂੰ ਆਸ਼ਰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਛੱਡ ਦੇਈਏ। ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਆਸ਼ਰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਛੱਡ ਦੇਵਾਂਗੇ ਤਾਂ ਸਾਡੀ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਵਰਤਾਉ ਕਰੇਗੀ? ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਵੀ ਆਸ਼ਰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਰੁਲੀਏ ਸਾਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸੰਭਲ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਪਛਤਾਏ ਤੋਂ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਬਣਨਾ।

ਇੰਦਰਪਾਲ ਸ਼ਰਮਾ
ਪ੍ਰਧਾਨ, ਭਵਾਨੀਗੜ੍ਹ

FROM THE TRIBUNE

Collected by S P Karkara

The Tribune - New Delhi - September 3, 2017

In a PIL filed by Sh. Ashwani Kumar, former Law Minister, GOI, Supreme Court has directed all State Governments to file reports about status of Old Age Homes in every district. SC has also asked states to file replies to plea of Sh. Kumar for uniformity in old age pension and criteria for availing benefits of social, security schemes.

During the hearing, Additional Solicitor General informed the Court that the Centre was coming up with a new policy for senior citizens.

The Tribune - Sri Muktsar Sahib - September 11, 2017

Due to delay in completion of re-verification work of beneficiaries of social security schemes, beneficiaries of these schemes have not received their pensions for the last seven months. DC was hopeful that the re-verification work will be completed by 15th September.

The Tribune - Guwahati - 16th September, 2017

In a first of its kind, The Assam Employees Parents Responsibility and Norms for Accountability and Monitoring Bill, 2017, passed by Assam Assembly requires the employees to take care of their dependent parents (not having any income of their own). In case of any state employee ignoring this responsibility 15% of his salary will be deducted at source and deposited in the bank account of the parent/s.

The Tribune - Chandigarh - 19th September, 2017

The increase in social security pension by Rs. 250/- per month from Rs. 500/- to Rs. 750/- announced by Finance Minister Punjab while presenting the State Budget in the Vidhan Sabha has been made applicable w.e.f. 1st July, 2017. It will benefit over 20 lakh pensioners including old persons, widows, destitute children and differently abled pensioners. Additional burden on State exchequer will be to the tune of Rs. 600 crores annually. Due to increase in income limit criteria for different categories by the State Govt., an estimated 1.5 lakh new beneficiaries have been added to the earlier 19 lakh beneficiaries.

ਗਜ਼ਲ

ਸੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਪਾਤਰ

ਪਿੰਡ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਗੱਡੇ ਚੱਲਣ ਹੁਕਮ ਅਤੇ ਸਰਦਾਰੀ ਸ਼ਹਿਰ 'ਚ ਆ ਕੇ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਨੇ ਬੱਸ ਦੀ ਇਕ ਸਵਾਰੀ ਜਾਂ ਤਾਂ ਫੌਜੀ ਮਰ ਗਿਆ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਖੁਆਰੀ ਪਿੰਡ 'ਚ ਲੋਕੀਂ ਡਰ ਜਾਂਦੇ ਜੇ ਖ਼ਤ ਆਵੇ ਸਰਕਾਰੀ ਕਾਲੇ ਧਨ ਦੇ ਚਿੱਟੇ ਸਿੱਕੇ ਚਾੜ੍ਹ ਗਏ ਵਿਉਪਾਰੀ ਮੰਦਰ ਵਿਚ ਮੁਸਕਾਈ ਜਾਵੇ ਫਿਰ ਵੀ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਮੁਰਾਰੀ ਬਾਹੀਂ ਚੂੜਾ, ਹੱਥੀਂ ਮਹਿੰਦੀ, ਸਰ ਸੂਹੀ ਫੁਲਕਾਰੀ

ਕੰਨੀਂ ਕਾਂਟੇ, ਨੈਣੀਂ ਕਜਲਾ, ਕਜਲੇ ਵਿਚ ਲਾਚਾਰੀ ਬਿਰਧ ਮਰੇ ਤਾਂ ਕਬਰ 'ਤੇ ਉਗੇ ਕਿੱਕਰ ਜਾਂ ਕੰਡਿਆਰੀ ਅੱਗ ਤੇ ਦੁੱਧ ਦੇ ਫੁੱਲ ਖਿੜਦੇ ਨੇ ਜਿੱਥੇ ਮਰੇ ਕੁਆਰੀ ਮਨ ਮਰਿਆ ਤਾਂ ਸੋਗ ਨਾ ਕੀਤਾ, ਨਾ ਰੋਏ ਰੂਹ ਵਾਰੀ ਤਨ ਢੱਠਾ ਤਾਂ ਸ਼ੁਹਦੇ ਯਾਰਾਂ ਕੂਕ ਗਜ਼ਬ ਦੀ ਮਾਰੀ ਰੇਤ ਨੇ ਉਹਦੀ ਰੱਤ ਚੂਸ ਲਈ ਪੌਣਾਂ ਰਾਖ ਖਿਲਾਰੀ ਹਾਲੇ ਤੀਕ ਖਿਲਾ ਵਿਚ ਗੂੰਜੇ ਜੱਗੇ ਦੀ ਕਿਲਕਾਰੀ

From AISCCON News September, 2017

MORE THAN HALF OF INDIAN ELDERLY ARE MISTREATED : AGE WELL SURVEY

Delhi : Age well foundation a Delhi based N.G.O. that caters to the needs of elderly people recently carried out a survey (June 2017) titled. "Changing needs and Rights of older people in India" of 15,000 older persons across 300 districts of 25 states and U.T.'s in India.

The survey says 47.49% elderly people in India suffer from loneliness. The condition is worse in urban regions with 3205 elderly people out of 5,000 are feeling lonely. The reasons being, that majority live either alone or with their spouses. For others, it was less interactions with family members, Poor health, facing isolations and non-availability of social interaction. The survey shockingly revealed that in old age, a person has more financial requirements, which is totally lacking or is very meager and as many as four elders out of five were not aware of their financial rights. The N.G.O. survey also revealed that more than half of elderly people have been mistreated and neglected in their own homes and they suffer from Psychological issues.

The study also noted that every fifth elderly in India needs some kind of Psychological counselling. Out of 15,000 elders, 2955 admitted they seek counselling or advice from their relatives or friends, when they undergo Psychological problems. Among those affected the share of urban elderly (63.86%) seeking Psychological counselling was higher than those in rural areas (36.14%)

The survey also revealed that of the 15,000 respondents half of them said their level of dependance on their children was quite high, which turns to abuse and mistreatment, as such.

The study concluded that the deteriorating social status, old age, health care, legal facilities, crippling loneliness, empowerment of the elderly, financial security and protection of human rights are among the issues that need to be addressed on priority basis.

Andhra Pradesh is the first and only State in India to provide "Health for All" with an objective of providing quality health to the entire population of the State by launching "Aarogya Raksha".

End-to-end cashless services for identified 1044 diseases under secondary and tertiary care through 400 Government and Corporate Network Hospitals.

Source : Government of Andhra Pradesh

NAWANSHEHAR



Senior Citizens above 80 years are being honoured

NABHA



Independence Day being celebrated by members of Senior Citizens Welfare Association Nabha

HON'BLE DONORS

Sh. S.P. Karkara President, FEDSEN	Rs. 11,000/-
S. Harchand Singh Mand Executive President, FEDSEN	Rs. 11,000/-
Er. Balbir Singh Sr. Vice President, FEDSEN	Rs. 10,000/-

GLIMPSES OF ACTIVITIES OF FEDERATED ASSOCIATIONS

BATHINDA



Ms Shena Aggarwal IAS ADC(D) Chief Guest being honoured by President Gurbachan Gupta, Er H S Khurmi Secretary Er R.D. Gupta

BHAWANIGARH



Senior Citizens above 80 years, being honoured on International World Elders Day 1st Oct.

JAGRAON



Financial help of Rs. 10,000/- for meritorious & deserving girl students being handed over to Principal Govt. Girls Senior Secondary School Jagraon by President Jagraon Association

RAJPURA



Our members Sh. G.S. Bajwa and K.K. Bansla being honoured

SANGRUR



Senior Citizens above 80 years being honoured with memento and sropas.

RUPNAGAR



Souvenir being released by Senior Citizens Council, Rupnagar

GLIMPSES OF FEDSEN ACTIVITIES

GURDASPUR



Meeting of FEDSEN with Senior Citizens of Gurdaspur on 14th August, 2017
PDG Heera Arora, Raman Behal and Ramesh Mahajan are seen in the photo

MOHALI



Newly elected team of Mohali Senior Citizens Association in garlands
with Chairman Dr. A.S. Khehra, President G.S. Chhina, Secretary
General Surinder Singh and other office bearers.

TANDA



Chairman Dr A. S. Khehra and President S P Karkara at a
Charitable Institution at Tanda Urmur on 13th August, 2017

LUDHIANA



TEEYAN being celebrated by lady members
of SCWAL by playing Gidha

With Best Compliments from :



BALDEV KRISHAN GUPTA
(Managing Director)

**BALTEX COTTON
&
GENERAL MILLS**

Manufacturers & Exporters of
Woollen, Synthetic & Cotton Knitwears

115/1, The Mall, Ludhiana - 141 001

SINCE 1953 TO ALL THE GLOBE



AT FORTIS HOSPITAL LUDHIANA EXCELLENCE IS A WAY OF LIFE.

We have been certified by NABH for Nursing Excellence.



Every day we strive hard to push our standards. And our continuous commitment to enhance the quality of **NURSING CARE** has added another feather in our cap. The accreditation was not easy to get. Having gone through some of the most toughest and stringent 200 quality checks as per their standard procedure, this milestone puts us in the forefront as the hospital in Ludhiana that has been certified for **NURSING EXCELLENCE**.

Fortis Hospital Ludhiana was awarded as best hospital in Ludhiana at the **Global Healthcare Excellence Awards 2014**

OUR SERVICES

Cardiac Sciences | Critical Care | Dialysis | Dermatology
ENT | Endocrinology | Gastroenterology & Minimal access Surgery
GI & Weight Lose Surgery | Neurology | Neuro & Spine Surgery
Nephrology & Kidney Transplant | Neonatology | Orthopaedics
& Sports Injury | Obstetrics and Gynaecology | Oncology &
Radiation | Ophthalmology | Plastic, Cosmetic &
Reconstruction Surgery | Preventive Health Checkup
Radiology | Urology | Physiotherapy & Rehabilitation



Offering Customized Patient Care For all patient
with heart failure with low or normal ejection fraction

Just a Single Phone Call
To Take Care of Your Needs

7814166141



AVAIL THE LATEST
HEALTH OFFERS IN
JUST ONE CLICK.

Download MyFortis
app today.



FORTIS HOSPITAL LUDHIANA

Chandigarh Road (6KM from Samrala Chowk) Ludhiana

For Information : 0161-5222 333, 84375-55444 **Emergency Number: 0161 - 5222 222**

Fortis Hospital is now empannelled with ECHS, ESI, FCI, PAU and all other Major TPAs.

If undelivered, please return to :
THE EDITOR
Dr. Amarjit Singh
161-F, Shaheed Bhagat Singh Nagar,
Pakhawal Road, Ludhiana-141 013
(M) 94170-06625

FOIL PRINTERS
B-XX 2051, Gobind Nagar,
Ludhiana - 141 001, INDIA
Phone : 91-161-2404979
E-mail : foilpress@gmail.com

To

.....
.....
..... PIN