Adjudged the best house Journal by AISCCON for 2016-17

PAN No. : AABTM8402H

For Circulation Among Members Only

THE GLORIOUS YEARS

(A MONTHLY UPDATE OF MOHALI SENIOR CITIZENS' ASSOCIATION)

www.mscamohali.com



Regd. Office : # 903, Phase 3B-2, S.A.S. Nagar (Mohali)- 160061
(Society Registration No. 2015, of 2006-07, dated 14th March 2007)
E-mail : mohaliseniorcitizen@gmail.com or jarnail656@yahoo.com
Head Office : Community Centre, Ph 7, Mohali-160 062. Ph. 0172-4673904
OPENS ON MONDAY & THURSDAY FROM 10.30 AM TO 1.00 PM

PRESIDENT
BRIG. J. S. JAGDEV, SM
M.Sc. (Def. Studies), PGDCA
372, Sector 71, Mohali M. : 97801-49624

VICE PRESIDENT
JARNAIL SINGH
MA (STATISTICS), MA (ECONOMICS), PGDCA
656, Phase 10 (Sec. 64), Mohali M. : 98146-14656

EDITOR
WG CDR BALDEV SINGH
107, Sec. 65, Mohali M. : 99156-12157
Email : baldevsinghguraya@gmail.com

SECRETARY GENERAL
SUKHWINDER SINGH BEDI
General Manager (Retd.) Pb. & Sind Bank
232, Phase 4, Mohali M. : 98156-53232

Vol. 17 No. 204

DECEMBER 2026

President's Message



Dear Esteemed Members,

A significant development in Keralam (Kerala) deserves the attention of senior citizens and policymakers across our country. On 13 October 2026, the Keralam Legislative Assembly introduced the Keralam Senior Citizens (Care and Protection of Rights) Bill, 2026. The proposed legislation seeks not only to protect older persons but also to recognise their knowledge, experience and expertise as valuable resources for society. The Bill has been referred to the subject committee for scrutiny and has yet to become law. Nevertheless, its vision offers much food for thought.

Presenting the Bill, Chief Minister V. D. Satheesan highlighted the demographic changes underway in Kerala. Falling birth rates, delayed marriages, and the migration of young people for education and employment, coupled with rising life expectancy, are increasing the proportion of senior citizens. By 2036, their share of the population is projected to be twice the national average, making the needs of older persons an essential consideration in the state's planning.

This initiative is particularly noteworthy for its emphasis on the silver economy. Traditionally, older people have often been viewed primarily as recipients of financial assistance, healthcare and protection. While these needs are undoubtedly important, such a narrow perspective overlooks the enormous contribution older people can continue to make.

A retired teacher can guide young educators; an experienced engineer can advise a budding entrepreneur; a former banker can help people understand financial management; and a retired administrator can mentor young professionals. Years of experience, practical knowledge and the wisdom gained through life's challenges cannot be easily replaced by textbooks or technology.

The proposed initiative envisages engaging retired professionals as mentors, with an honorarium for their services. Their expertise could also support young entrepreneurs, advise *Kudumbashree* units and help women develop projects that promote financial independence. Such opportunities would give senior citizens a renewed sense of purpose while enabling younger generations to benefit from their guidance.

The Bill also responds to a growing concern: more older people are living alone as their children move to other cities or countries. Changes in family structures and migration have made it increasingly important to build reliable systems of care and support.

The proposed framework aims to strengthen the protection of older people, improve access to care and promote safe, dignified living. Its broader approach recognises that ageing is not merely a private family matter; it is also a social responsibility that requires coordinated action by governments, communities and institutions.

As members of the Mohali Senior Citizens Association, we should welcome this initiative and urge the Punjab Government to examine it seriously. Our state has a large pool of retired teachers, defence personnel, doctors, engineers, administrators, bankers and other professionals, whose experience remains an underutilised resource.

A state-supported programme could create a register of retired professionals willing to contribute and connect them with schools, colleges, start-ups, voluntary organisations and local enterprises. Senior citizens could mentor students, guide young entrepreneurs, support community projects and share their professional skills. Appropriate recognition and modest honourarium, wherever feasible, would make participation more meaningful.

Equally important is the need to strengthen neighbourhood support for older people living alone, improve access to healthcare and digital services, ensure age-friendly public spaces and provide reliable mechanisms for reporting neglect, abuse and exploitation. Senior citizens' associations such as MSCA can complement government efforts by identifying local needs, organising awareness programmes and bringing generations together.

Keralam's proposed legislation reminds us that the true measure of a society is not merely how it cares for its older citizens, but also how it values and enables their continued contribution.

At MSCA, we have always believed that retirement from employment should never mean retirement from life. Our experience can guide the young, our participation can strengthen communities and our continued involvement can inspire others.

Let us therefore urge our policymakers to look beyond conventional welfare measures and build a system that combines care with opportunity, protection with participation and longevity with purpose.

Growing older is inevitable; growing irrelevant is not. With dignity, opportunity and the right support, our later years can remain among the most meaningful and productive of our lives.

Yours as ever,
Brig JS Jagdev

PICNIC FOR MSCA MEMBERS

BAROTA FARM, TIBBA NANGAL (Near NOORPUR BEDI)

70 KMS FROM Phase 7, MOHALI (90 minutes journey by bus)

08th DECEMBER 2026, TUESDAY FROM 10.30 AM TO 3 PM

Welcome Drinks, Breakfast & Tea, Veg. Lunch, Departure Tea

Tambola, Quiz, And Other Cultural Activites And Many Prizes

Collect your Coupons @ 1100 per head from

Mr J S Rawal, Secretary Finance M: 98888 32878

For Bus No 1 Starting From Phase 3B2
(Boarding Between 8 Am and 8.15 am Near Sindhi Sweets)

Wg Cdr Baldev Singh
Secretary Publication & Editor M: 99156 12157

For Bus No 2 Starting From Silvi Park Phase 10
(Boarding Between 8 am and 8.15 am Silvi Park Near Library)

Members are Expected to Board Respective Buses On Time

Both The Buses Will Proceed Further From Sindhi Sweets
Phase 3B2, Mohali at 8.30 am

Only Limited Number Of Coupons Will Be Issued, So Do Not Wait For Last Date.

Enquiry: Mr Sukhwinder Singh Bedi, Secretary General M: 98156 53232

GLORIOUS YEARS



ਦਸੰਬਰ ਜੂਲੀਅਨ ਅਤੇ ਗ੍ਰੈਗੋਰੀਅਨ ਕੈਲੰਡਰ ਵਿੱਚ 31 ਦਿਨਾਂ ਦਾ ਮਹੀਨਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਲ ਦਾ ਅਖੀਰਲਾ ਅਤੇ 12ਵਾਂ ਮਹੀਨਾ ਹੈ। ਦਸੰਬਰ ਦਾ ਨਾਮ ਲਤੀਨੀ ਸ਼ਬਦ 'ਡੇਸੇਮ' ਤੋਂ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਅਰਥ ਹੈ 10 ਅਤੇ ਰੋਮਨ ਕਲੰਡਰ ਵਿਚ ਇਸਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦਸਵੇਂ ਨੰਬਰ ਤੇ ਅਤੇ ਦਸਵੇਂ ਮਹੀਨੇ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਮਹੀਨੇ ਵਿਚ ਸਰਦੀ ਜੋਰਾਂ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਮਹੀਨੇ ਕ੍ਰਿਸਮਿਸ ਦੀਆਂ ਛੁੱਟੀਆਂ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਮਨਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਮਹੀਨਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤਿਉਹਾਰਾਂ ਦਾ ਮਹੀਨਾ ਹੈ। 21 ਦਸੰਬਰ ਨੂੰ ਸਾਲ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਛੋਟਾ ਦਿਨ ਵੀ ਦਸੰਬਰ ਦੇ ਮਹੀਨੇ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

10 ਦਸੰਬਰ 'ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ ਦਿਵਸ' (Human right Day), ਸਾਲ 1948 ਵਿਚ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਮਹਾਂ ਸਭਾ ਦੁਆਰਾ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੇ, ਵਿਸ਼ਪ ਵਿਆਪੀ ਘੋਸਣਾ ਪੱਤਰ (UDHD) ਨੂੰ ਅਪਣਾਏ ਜਾਣ ਦੀ ਯਾਦ ਵਿਚ ਹਰ ਸਾਲ 10 ਦਸੰਬਰ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਕ ਗਲੋਬਲ ਬਲੂਪ੍ਰਿੰਟ ਹੈ ਜੋ ਮੌਲਿਕ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਥਾਪਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਕੋਈ ਹੱਕਦਾਰ ਹੈ, ਉਸਦੇ ਅਹੁੱਦੇ ਦੀ ਪ੍ਰਵਾਹ ਕੀਤੇ ਬਗੈਰ। ਇਹ ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਦਸਤਾਵੇਜ ਹੈ ਜੋ 577 ਭਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿਚ ਉਪਲਭਦ ਹੈ। 25 ਦਸੰਬਰ ਨੂੰ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿਚ ਕ੍ਰਿਸਮਿਸ ਦਾ ਤਿਉਹਾਰ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਿਨ ਯਿਸੂ ਮਸੀਹ ਦਾ ਜਨਮ ਦਿਨ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਦਸੰਬਰ ਦਾ ਪਿਛਲਾ ਪੰਦਰਵਾੜਾ ਸਿੱਖ ਇਤਿਹਾਸ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਮੁਸੀਬਤਾਂ ਭਰਿਆ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਨ੍ਹੀ ਦਿਨੀ ਸਿਰਫ ਚਾਰ ਦਿਨ ਦੇ ਅੰਤਰ ਨਾਲ ਭਾਵ 8 ਪੋਹ ਤੋਂ 13 ਪੋਹ ਤੱਕ, ਦਸ਼ਮੇਸ਼ ਪਿਤਾ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਚਾਰੇ ਪੁੱਤਰ ਕੌਮ ਤੇ ਧਰਮ ਦੀ ਖਾਤਰ ਸ਼ਹੀਦੀਆਂ ਪਾ ਗਏ ਅਤੇ ਮਾਤਾ ਗੁਜਰੀ ਦਾ ਜੀ ਵੀ ਸਰਹਿੰਦ ਵਿਚ ਜੋਤੀ-ਜੋਤ ਸਮਾ ਗਏ।

ਸੋਨੀਆਂ ਗਾਂਧੀ ਦੀ ਸਵੈ ਜੀਵਨੀ 'ਬਿਲੋਂਗਿੰਗ' 'ਏ ਜਰਨੀ ਆਫ਼ ਲਵ' ਨੇ ਦੇਸ਼ ਭਰ ਵਿਚ ਨਵਾਂ ਤੂਫ਼ਾਨ ਖੜ੍ਹਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਯੂਰੋਪੀ ਔਰਤ ਜੋ ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਅੱਧਾ ਪੈਂਡਾ ਪਾਰ ਕਰਕੇ ਉਸ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਮਹੱਬਤ ਵਿਚ ਇਥੇ ਆਈ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਮੌਤ ਤੋਂ ਮਗਰੋਂ ਵੀ ਇੱਥੇ ਹੀ ਰਹੀ। ਵਿਧੋਰੀ ਧਿਰਾਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣੀ ਹੀ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਸਾਥੀਆਂ ਵਲੋਂ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਮੂਲ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਤਾਹਨੇ ਕੱਸੇ ਜਾਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਪਿਛੇ ਨਹੀਂ ਹੱਟੀ। ਇਹ ਕਿਤਾਬ ਗਾਂਧੀ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਕਾਂਗਰਸ ਪਾਰਟੀ ਨੂੰ ਮੁੜ ਚਰਚਾ ਵਿਚ ਲਿਆਈ ਹੈ। ਇਸ ਕਿਤਾਬ ਵਿਚ ਸੋਨੀਆਂ ਨੇ ਰਾਜੀਵ ਗਾਂਧੀ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਸੱਸ ਇੰਦਰਾ ਗਾਂਧੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਬਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਕੁਝ ਤੱਥ ਰੱਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਰਾਏ ਕੁਝ ਹੋਰ ਸੀ। ਲੋਕਾਂ ਸਾਹਮਣੇ ਸੋਨੀਆਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਉਹ ਅਸਲੀਅਤ ਰੱਖ ਰਹੀ ਹੈ। ਸੋਨੀਆਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਇਟਲੀ ਤੋਂ ਆ ਕੇ ਭਾਰਤ 'ਚ ਘੁਲਣ-ਮਿਲਣ ਜਾਂ ਅਪਣਾਉਂਣ ਲਈ ਉਸਨੇ ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਇਸ ਕਿਤਾਬ ਦੇ ਆਉਂਣ ਨਾਲ ਕਾਂਗਰਸ ਨੂੰ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਪਾਰਟੀ ਨੂੰ ਨਵਾਂ ਜੀਵਨ ਦਾਨ ਦੇਵੇਗੀ। ਇਸ ਕਿਤਾਬ ਦਾ ਸਾਫ ਮਕਸਦ ਭਾਰਤ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਪੁਰਾਣੇ ਸਿਆਸੀ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀਆਂ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਅਤੇ ਉਲਝਣਾਂ ਭਰੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ ਹੈ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਕਿ ਇਹ ਕਿਤਾਬ ਕਾਂਗਰਸ ਪਾਰਟੀ ਨੂੰ ਚੋਣਾਂ ਵਿਚ ਕੋਈ ਲਾਭ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅਤੀਤ ਕਦੇ ਵੀ ਪੂਰੀ ਤਰਾਂ ਖਹਿੜਾ ਨਹੀਂ ਛੱਡਦਾ ਅਤੇ ਵਰਤਮਾਨ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਉਂਗਲੀ ਲਗਾਉਂਣ ਤੋਂ ਬਾਜ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਇਹ ਗੱਲ ਪੰਜਾਬ ਲਈ ਪੂਰੀ ਸੱਚ ਹੈ ਜੋ 1984 ਦੇ ਦੰਗਿਆਂ ਦੇ ਭਿਆਂਕਰ ਦੁਖਾਂਤ ਨੂੰ ਅੱਜ ਵੀ ਬਾਖੂਬੀ ਚੇਤੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

11 ਨਵੰਬਰ ਨੂੰ, ਹਵਾ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਸਵਿਸ ਪਲੇਟਫਾਰਮ 'ਆਈ ਕਿਊ ਏਅਰ' ਦੀ ਘੰਟਾਵਾਰ ਦਰਜਬੰਦੀ ਮੁਤਾਬਿਕ ਸ਼ੁਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ ਦਿੱਲੀ ਨੇ ਲਾਹੌਰ ਨੂੰ ਪਛਾੜ ਕੇ, ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਸ਼ਹਿਰ ਹੋਣ ਦਾ ਖਿਤਾਬ ਆਪਣੇ ਨਾਂ ਕਰ ਲਿਆ। ਇੰਡੀਅਨ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਆਫ਼ ਟਰੋਪੀਕਲ ਮੀਟੀਓਰੋਲੋਜੀ ਦੇ ਅੰਦਾਜ਼ਿਆਂ ਅਨੁਸਾਰ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਹਨ: ਬਾਇਓਮਾਸ (ਜੈਵਿਕ ਪਦਾਰਥਾਂ) ਨੂੰ ਸਾੜਨਾ, ਸੈਕੰਡਰੀ ਆਰਗੈਨਿਕ ਏਅਰੋਸੋਲ (ਜੋ ਕਿ ਉਦਯੋਗਿਕ ਸਰੋਤਾਂ ਸਮੇਤ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਕਾਂ ਨਾਲ ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਰਸਾਇਣਕ ਪ੍ਰਤੀ ਕਰਮਾਂ ਰਾਹੀ ਬਣਦੇ ਹਨ) ਅਤੇ ਵਾਹਨਾਂ ਦਾ ਧੂੰਆਂ। ਇਹ ਬਿਲਕੁਲ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਪਰਾਲੀ ਸਾੜਨਾ ਅਤੇ ਦੀਵਾਲੇ ਦੇ ਪਟਾਕੇ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਦਾ ਸਿਰਫ਼ ਮੌਸਮੀ ਕਾਰਨ ਹੀ ਹਨ। ਇਹ ਸਥਿਤੀ ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਨਾਕਾਫ਼ੀ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ, ਕਮਜ਼ੋਰ ਅਮਲ ਅਤੇ ਗਲਤ ਤਰਜੀਹਾਂ ਦਾ ਪਰਦਾਫਾਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਅੱਖਾਂ ਵਿਚ ਜਲਣ, ਲਗਾਤਾਰ ਖੰਘ ਅਤੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਦੀ ਤਕਲੀਫ ਹੁਣ ਸਰਦੀਆਂ ਦੀਆਂ ਮਾਮੂਲੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਇਹ ਵਾਰ ਵਾਰ ਪੈਦਾ ਹੋ ਰਹੇ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਸੰਕਟ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ।

ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਹਵਾ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਦੇ ਵਰਗੀਕਰਨ ਅਨੁਸਾਰ 0-50 ਤੱਕ ਦਾ ਏ ਕਿਊ ਆਈ ਚੰਗਾ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੇ। 51 ਤੋਂ 100 ਤੱਕ ਸੰਤੋਖ ਜਨਕ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। 101 ਤੋਂ 200 ਤੱਕ ਦਾ ਏ ਕਿਊ ਆਈ ਦਰਮਿਆਨੀ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। 201 ਤੋਂ 300 ਤੱਕ ਹਵਾ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਮਾੜੀ। 301 ਤੋਂ 400 ਤੱਕ ਬਹੁਤ ਮਾੜੀ, 401 ਤੋਂ 500 ਤੱਕ ਗੰਭੀਰ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿਚ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਦੀਵਾਲੀ ਦੀ ਰਾਤ ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਕੁਝ ਹਿਸਿਆਂ ਵਿਚ ਏ ਕਿਊ ਆਈ ਦਾ ਪੱਧਰ 3000 ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਦੀਆਂ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰਤਾ ਦਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹਾਲਾਤ ਦੀ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਕੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਠੋਸ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਯੋਗੀ ਆਦਿੱਤਿਆਨਾਥ ਨੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਕਰਕੇ ਇਹ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਵਿਚ ਆਰਜੀ ਵਾਧਾ ਹੈ ਆਪੇ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਲਖਨਊ ਵਿਚ ਸਕਰਾਰੀ ਸਮਾਗਮ ਵਿਚ ਇਹ ਕਹਿਣਾ ਕਿ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤਿਉਹਾਰ ਮਨਾਉਣ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਪਟਾਕਿਆਂ ਦਾ ਧੂੰਆਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਲੋਕ ਪਟਾਕੇ ਚਲਾਉਂਣ ਨੂੰ ਧਾਰਮਿਕ ਰਵਾਇਤਾਂ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਦਲੀਲ ਇਤਿਹਾਸਕ ਪੱਖੋਂ ਸ਼ੱਕੀ ਹੈ। ਰਮਾਇਣ ਵਿਚ ਵਰਣਿਤ ਜਸ਼ਨਾਂ ਦਾ ਆਧੁਨਿਕ ਬਰੂਦ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਪਟਾਕਿਆਂ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸੰਬੰਧ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਹੁਣ ਸੂਬਾ ਸਰਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਦੋਸ਼ ਮੜਨ ਦੀ ਖੇਡ ਅਤੇ ਜਲਦੀਬਾਜੀ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਤੀ ਕਰਮਾਂ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉਠਕੇ, ਜਵਾਬਦੇਹ ਨੀਤੀਆਂ ਵੱਲ ਪੈਰ ਪੁੱਟਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪਰਾਲੀ ਸਾੜਨ ਦੇ ਧੂੰਏਂ ਦਾ ਇੱਕ ਪੱਤਰਕਾਰ ਨੇ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਜਵਾਬ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਇਨ੍ਹੀਂ ਦਿਨੀ ਸਵੇਰੇ ਪੰਜ ਵਜੇ ਹਵਾ ਦੀ ਰਫ਼ਤਾਰ ਤਕਰੀਬਨ 7 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਪ੍ਰਤੀ ਘੰਟਾ, 11 ਵਜੇ 18 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਪ੍ਰਤੀ ਘੰਟਾ, ਦੁਪਹਿਰ 1 ਵਜੇ 22 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਪ੍ਰਤੀ ਘੰਟਾ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮ 4 ਵਜੇ 11 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਪ੍ਰਤੀ ਘੰਟਾ ਨਾਲ ਚਲਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਧੂੰਆਂ ਦੀਵਾਲੀ ਤੋਂ ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਸਵੇਰੇ ਦਿਲੀ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦਾ।

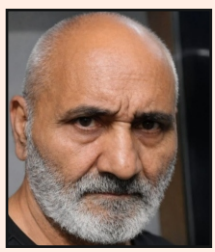
ਲਾਹੌਰ ਵਾਲੇ ਵੀ ਜਦੋਂ ਚੜ੍ਹਦੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਵੱਲ ਉਂਗਲੀ ਚੁੱਕਣ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਭਗਵੰਤ ਮਾਨ ਨੇ ਇਸ ਮਸਲੇ ਤੇ ਇਉਂ ਵਿਅੰਗ ਕੀਤਾ, "ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਦੇ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਐ ਮਰੀਅਮ ਸ਼ਰੀਫ, ਨਵਾਜ਼ ਸ਼ਰੀਫ ਦੀ ਬੇਟੀ ਐ। ਉਹ ਕਹਿੰਦੀ, ਮੈਂ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਭਗਵੰਤ ਮਾਨ ਨੂੰ ਚਿਠੀ ਲਿਖੂੰਗੀ ਕਿ ਥੋਡਾ ਧੂੰਆਂ ਲਾਹੌਰ ਆਉਂਦੈ ਤੇ ਏਧਰ ਦਿੱਲੀ ਵਾਲੇ ਕਹਿੰਦੇ ਨੇ ਕਿ ਥੋਡਾ ਧੂੰਆਂ ਦਿੱਲੀ ਆਉਂਦੈ। ਤੇ ਮੈਂ ਕਿਹਾ, ਬਈ ਸਾਡਾ ਧੂੰਆਂ ਗੇੜੇ ਈ ਦੇਈ ਜਾਂਦੈ।"

ਵਿੰਗ ਕਮਾਂਡਰ ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ

KNOW YOUR MEMBER

Jarnail Singh LM 1162 M: 98146 14656

Captain Guru Gurunay, LM 2133 M 98887 88798



Captain Guru Gurunay is a distinguished professional whose life reflects a rare blend of military service, academic excellence, corporate training, spirituality and sporting achievement.

An alumnus of Sainik School, Kapurthala, he was commissioned into the Indian Army after training at the Officers Training Academy. After serving as a Captain, he joined the Central Police Forces as a directly appointed Gazetted Officer and rose to the rank of Commandant, shouldering various responsibilities in the service of the nation.

His quest for knowledge led him to earn an MBA in Marketing, Strategic Management and Advertising from Newport University, California, besides postgraduate qualifications in Public Relations and Journalism, Tourism and Hospitality, and Events Management from ITFT, Chandigarh.

He taught MBA students at the Chandigarh operations of Australia's Southern Cross University for three years before taking up corporate training. His assignments included training officers of Punjab and Sind Bank, conducting workshops for Bharat Electronics Limited (BEL), and delivering World Bank-associated programmes through Haryana's Technical Education Department. He has also conducted hundreds of workshops on meditation, healing and spiritual development.

Currently, his passion is promoting international croquet in India. With expertise in Golf, Ricochet and Association Croquet, he has trained numerous players across the Chandigarh-Mohali-Panchkula region. A former MSCA Croquet Championship winner, he recently conducted a clinic for MSCA members, combining a PowerPoint presentation with practical demonstrations of field layouts and special shots. His family background is equally distinguished. His mother retired as Deputy Education Officer, Shimla, while his father served as an Executive Engineer with HP PWD. His wife, Mrs Arvind Gurunay, holds an MSc and MPhil in Zoology from Panjab University. Their only daughter, Divya, is a High Court lawyer, mountaineer and horse breeder, trained at the Nehru Institute of Mountaineering, Uttarkashi, and a horse-breeding institution in Newmarket, England. His multifaceted journey exemplifies service, lifelong learning and dedication to human development. MSCA wishes Captain Gurunay a long, healthy and fulfilling life.

WEBSITES

MSCA : www.mscamohali.com | Fedsen Punjab : www.fedsenpunjab.org | AISCCON : www.aisccon.org

ASSOCIATION'S NEWS



The members getting engrossed during the seasonal festivals, yet they remained active and fully involved in the MSCA activities. The main attraction had been the annual sports events, besides the other varied activities were undertaken during the past month as under:

17-Oct-2026: In the Member's talk at LAF, Capt Balwant Singh Gurunay (LM 2133) discussed about the different formats of Croquet game which is easy to adapt especially by senior citizens. It is a tactical lawn game, where players use long handled mallets to hit the ball through a series of wickets (hoops). Casual game is played with 9 hoops while in golf croquet or garden croquet only six hoops are used. Members were also made clear of the prevailing rules of the game and some queries were also clarified. The members found the talk useful and thanked Capt Gurunay for sharing. Light refreshments was served in the end.

18-Oct-2026: At LIVASA Hospital, a special talk was arranged on urological problems. The doctor discussed about the prostate issues which is very common especially in men after the age of 60. It is the condition affecting the walnut-sized gland that sits below the bladder and surrounds the urethra in males. Usual symptoms are frequent urination, waking up many times at night, weak or interrupted urine stream or bladder not getting empty etc. It can be diagnosed with PSA test & ultrasound. It was good interactive session, many members got clarified their personal issues. Healthy refreshment & tea were served by the Hospital.

23-Oct-2026: At MAX Hospital Dr Sanjay Mishra, Director Neurology, discussed about common neurological problems in elderly. The diseases affect the brain, spinal cord, peripheral nerves leading to memory, movement and the body balance. Most common are Alzheimer and Dementia resulting decline & loss of memory in seniors. Parkinson leads to tremors, muscle rigidity and slowed motion. Some tailor made plans combining medication, surgery & rehabilitative approaches are designed for treatments. Some queries of members were advised by adopting heart-healthy and brain-protective daily habits and better lifestyle. Sumptuous refreshment was served by the hospital.

31-Oct-2026: In the regular monthly programme 'Surilee Sham' the theme of songs was "Chaand, Mehtaab or synonyms". The members selected wonderful Hindi / Punjabi songs, including some old numbers. They presented with full enthusiasm and the audience joined with clapping on some songs encouraging the singers and making the event more enjoyable. The audience of about 40 members enjoyed & applauding frequently. Yummy refreshment and snacks were served to all, in the end.



01-Nov-2026: Members Get-together and the monthly meet was held at the CC, Ph-7 Mohali wherein about 120 members joined. Starting with ever entertaining tambola game, members participated with josh, winning hefty dividends. A special health check-up camp was arranged by RBL Bank for BP/Sugar and Eyes tests etc. in which about 75 members got checked up and availed consultancy from the related doctors. Bank officials also shared about some deposit schemes and assured for the better customer service facilities in their bank. Sh T S Anand described about the various services available at their 'Anand Hearing Care' Centre providing very advanced systems at reasonable rates. Some members presented nice songs / poems to which the audience encouraged with sounding claps. New members who joined MSCA recently gave their introduction and were welcomed by clapping. The President thanked all and also shared the upcoming activities of MSCA. The cake was cut by members; whose birthdays fell during one past month. Sumptuous refreshment was relished by all.



06-Nov-2026: At Shalby Hospital, Dr Ajaypal Singh Gill, Director Internal Medicine took up the common infections during winter. Seasonal viral infections peak during colder months due to dry air, lowered immune and people spending more time indoors. Influenza is a respiratory illness causing sudden high fever, body-aches, chills & extreme fatigue. It usually subsides in a few days but need to consult doctor if it prolongs. He advised for vaccination of Influenza every year to check new viruses. The queries of some members were also clarified. Healthy refreshment was served by the hospital.



11-Nov-2026: 14th MSCA Dr Amarjeet Singh Khehra Memorial Sports meet was kicked off with great enthusiasm. The flag was raised by Brig J S Jagdev, President at LAF Centre Sec 68. Thereafter Ms Balwinder Rana read out the oath for the participants and the games were declared open by the President. Subsequently he briefed about the games and thanked the members for joining the ceremony wishing good competitive games. Light refreshments were served to all.

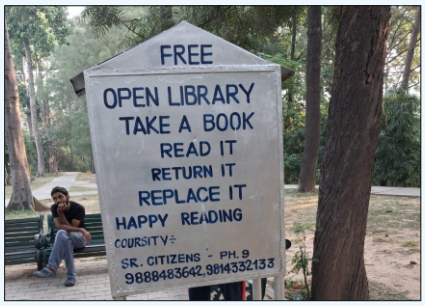
13-Nov-2026: At MAX Hospital Dr Emmy Grewal MD, DM (Endocrinology) focussed her talk on diabetes which is fast increasing with high risk in India as most cases remain undiagnosed. High blood sugar levels affects upon heart, fatty liver, eyes, & kidneys. Common causes are obesity, genetic, quality of fast food and its easy availability besides work stress. Simple fasting blood test (to be <100) and HBA1C (<5.7%) are required periodically, especially for elderly. The diabetes can be managed with regular 3-meal diet, brisk walk & exercises, active lifestyle besides regular medication. Some related queries of the members were also clarified. Healthy refreshment was served by the hospital.



CHAPTER 64

On the auspicious occasion of Diwali, a community corner was inaugurated by senior citizens of Phase 9, Mohali, with the city councilor, Mr. Kamalpreet Singh Banni, and educationist and social worker, Dr. Harish Puri, in attendance. A charity cupboard was specially inaugurated on this occasion. People can store their household clothes, shoes, utensils, and other items in this cupboard, and those in need can take what they need. Today, jeans, T-shirts, socks, tracksuits, ties, and more, all in good condition, were placed in this cupboard. This cupboard is located in the park opposite the petrol pump of Phase 9.





Along with this cupboard, a new medical box has also been installed where people can deposit medicines, which Brigadier Doctor Kwatra provides to poor patients. Additionally, a free library is being run in this social corner, where anyone can use quality books. They can also take them home, and if anyone has some lying around, they can donate them to this library. Senior citizens have also arranged for drinking water here. Area Councilor Mr. Kamalpreet Singh Bani has inspected the senior citizens' efforts. On one hand, through these works, the poor sections of the society can be helped, while on the other hand, the importance of education is also being explained. Social activist Colonel TBS Bedi has played a key role in these efforts. The inauguration ceremony was attended by Inderjit Singh, Surendra Bedi, Kuldeep Singh, Gurbir Singh, Gulshan Bir Singh, Rajinder Singh Bewali, and other senior citizens and passersby.

If anyone wants any information regarding this social corner, he can contact on 9814332133.

12th Nov 2026: Monthly get-together was held at Govt Smart Elementary School Ph 10 Mohali. A game of tambola conducted by Mr Amarpal Singh and Mr Harjinder Singh was enjoyed by all. Mrs. Amrit Kaur conducted the recreational program. Birthday cake cutting was performed by Mrs Shashi Gupta LM 2392. Refreshment was sponsored by her and arranged by Mrs Manohar Kaur and Mr Jagdev Singh Panglia was appreciated by all. Mr N S Chhabra demonstrated some light exercises to get relaxed. Members entertained by singing melodious songs. Mr Jarnail Singh Chapter Head recalled that Guru Teg Bahadur ji and their three companions achieved martyrdom on this day in 1675. He informed that a new feature of WhatsApp is when a Admin add a new member now can also share immediate past history. He thanked the participants. About 30 members were present.

CHAPTER 3

11-Nov-2026: Chapter-3 monthly get - together / meeting was arranged in the Library Hall, Rose Garden in which about 48 members joined. The guest doctor was Dr Ajaypal Singh Gill, Director Internal Medicine Shalby Hospital. He discussed viral infections, which is an illness caused by tiny infectious agents, called viruses. Common affecting areas are Respiratory ie nose, throat or lungs like cold, influenza, Covid etc. Others are Digestive or Rash-causing viruses. The patients must contact doctor if feel severe trouble in breathing or chest pain, dizziness or loss of consciousness or continued high fever. He advised for vaccination of Influenza every year to check new viruses. The Doctor was honoured with memento gift by Sh Harkirat Singh. Mrs Avtar Kaur conducted the tambola round which the members enjoyed while engrossed attentively for winning dividends. Members presented some nice old Hindi / Punjabi songs making the atmosphere lively and members joining with clapping. Sumptuous refreshments of snacks & sweets were relished by all.



CHAPTER 68

ਮਿਤੀ 05-11-2026: ਸ਼ਾਮ 4 ਵਜੇ ਚੈਪਟਰ 68 ਦੀ ਮਹੀਨੇਵਾਰ ਇਕੱਤਰਤਾ ਸੈਂਟਰਲ ਪਾਰਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਸੈਕਟਰ 69 ਵਿਖੇ ਹੋਈ ਜਿਸ ਵਿਚ 20 ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੇ ਸਮੂਲੀਅਤ ਕੀਤੀ। ਸ. ਜੰਗ ਸਿੰਘ ਰਾਮਗੜ੍ਹੀਆ ਨੇ ਸਟੇਜ ਸਕੱਤਰ ਦੀ ਡਿਊਟੀ ਨਿਭਾਈ। ਆਏ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੇ ਗੀਤ ਸੰਗੀਤ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣਿਆ। ਡਾਕਟਰ ਆਦਿਤਿਆ ਗੁਪਤਾ ਪਾਰਸ ਹਸਪਤਾਲ ਸੈਕਟਰ 66 ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦਾ ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨਗਰ, ਨੇ ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜ਼ਨ ਦੇ ਰੀੜ ਦੀ ਹੱਡੀ ਅਤੇ ਡਿਸਕ ਪਰੌਬਲਮ ਸੰਬਧ ਦੇ ਵਿਚ ਪਰਹੇਜ਼ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਲੈਕਚਰ ਦਿੱਤਾ। ਸਵੇਰੇ ਸੈਰ ਅਤੇ ਕਸਰਤ ਕਰਨਾ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਦੱਸਿਆ। ਇਸ ਸਾਲ ਦੀ ਆਖਿਰੀ ਇੱਕਤਰਤਾ ਪਹਿਲੇ ਵੀਰਵਾਰ 02 ਦਸੰਬਰ 2026 ਨੂੰ ਸ਼ਾਮ 3 ਵਜੇ ਸੈਂਟਰ ਪਾਰਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਸੈਕਟਰ 69 ਵਿਖੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਵੇਗੀ। 3.10 ਤਬੋਲਾ ਟਿਕਟਾਂ ਵੰਡੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ। ਭੁਪਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਬੱਲ ਨੇ ਪਹੁੰਚੇ ਮੈਂਬਰ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ ਤਬੋਲਾ ਖੇਡਣ ਲਈ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ ਗਈ।





The Governing Body extends its heartfelf congratulations and best wishes to our valued helper, Mr. Nandan Pandey, on the joyous occasion of his daughter's marriage. As a token of love, affection and blessings, the Governing Body presented Shagun to him and conveyed its warm wishes to the newlywed couple for a happy and prosperous married life.



Celebration of the birthday of S. Harjinder Singh, Secretary Event at LAF Centre during sports meeting.



Our 4th Bus under the Mukh Mantri Tirath Yatra departed for Amritsar on 3rd November and returned safely on 5th Nov. 2026. We sincerely thank our honorable Cheif Minister for his thoughtful initiative, provided our Sr. Citizens with a wonderful opportunity for a memorable spiritual journey.

Dropadi

Balwant Singh LM 47
M. 9417213557

Our maid, Shanti was leaving for her village for a month. She offered a substitute.

Shanti came with "Dropadi" for measuring up by the "Lady of the house" (LOH).

The court proceeding went on for long. My grand daughter (GD), who is an avid watcher of serials "Mahabharata" & "Ramayana" was doing her school homework nearby, but very attentive to the 'Lordship's questioning'

Before closing the court, the LOH asked 'Dropadi', what her husband does. Answer: A 'gardener Just then my GD rushed to the side of LOH, and posed a question to Dropadi "What about the other four"?

Dropadi was confused and blank but LOH & Shanti burst out in a peal of laughter:

ਗ਼ਜ਼ਲ

ਬਲਬੀਰ ਸਿੰਘ ਬੱਗਾ ਐਲ.ਐਮ. 409 ਮੋ. 62803 53643

ਝੂਠੇ ਰਿਸ਼ਤੇ ਯੂੰ ਮਿਟਤੇ ਹੈਂ ਜਿਓਂ ਪਾਣੀ ਮੇਂ ਖਿੱਚੀ ਲਕੀਰੇਂ
ਰਫ਼ਤਾ ਰਫ਼ਤਾ ਧੁੰਦਲਾ ਜਾਤੀ ਹੈਂ ਸਭ ਯਾਦੇਂ ਔਰ ਤਸਵੀਰੇਂ
ਫੂਕੀ ਆਪਣੀ ਸਭ ਤਹਿਰੀਰੇ, ਫੈਂਕੀ ਤੇਰੀ ਸਭ ਤਸਵੀਰੇਂ
ਤੁਝ ਕੋ ਛੀਨਾ ਸਭ ਕਿਸਮਤ ਨੇ ਕਿਆ ਕਰਤੇ ਹਮ ਯੇ ਜਾਗੀਰੇਂ।
ਟੂਟੇ ਰਿਸਤੇ ਦੁਸ਼ਮਣ ਦੁਨੀਆਂ ਔਰ ਨਿਹੱਥੀ ਸੀ ਤਦਬੀਰੇਂ
ਆਪਣੀ ਕਿਸਮਤ ਮੇਂ ਲਿਖੀ ਥੀ ਤਨਹਾਈ ਕੀ ਯੇਹ ਜੰਜੀਰੇ
ਬਚਪਨ ਕੇ ਦਿਨ, ਤਿਤਲੀ, ਬਾਰਿਸ਼, ਕਸ਼ਤੀ, ਪੰਛੀ ਖੇਲ੍ਹ ਖਲੌਣੇ।
ਆਖ਼ਰ ਤਕ ਦਿਲ ਮੇਂ ਰਹਿਤੀ ਹੈਂ, ਯੇ ਭੋਲੀ ਭਾਲੀ ਤਸਵੀਰੇਂ।
ਸੱਚੇ ਦਿਲ ਸੇ ਮਾਂਗ ਦੁਆਏਂ ਗਰ ਤੇਰੀ ਰੱਬ ਨੇ ਸੁਣਲੀ ਤੋ,
ਤੇਹਿ ਹੈ ਬਦਲੇਂਗੀ ਫਿਰ ਤੇਰੀ ਕਿਸਮਤ ਕੀ ਨਾਕਿਸ ਤਹਿਰੀਰੇਂ ਤੋ।

Fog, Mist and Smog

Dr. Manmohan Singh LM 2457 M. 98161 27668
Retired Scientist-F, India Meteorological Department

They May Look Similar, but Are They the Same?*

By late November, winter begins to settle over northwestern India. Morning temperatures fall, and fog becomes more frequent across the plains, including Punjab and Haryana. In December, foggy mornings become familiar, sometimes reducing visibility and affecting road and rail traffic.

Though often used interchangeably, fog, mist and smog describe different atmospheric conditions.

How Does Fog Form?

Fog is essentially a cloud close to the ground. It forms when air near the surface cools to its dew-point temperature, causing water vapour to condense into tiny suspended droplets.

On clear winter nights, the ground loses heat and cools the air above it. If sufficient moisture is present, fog develops. This is called radiation fog. Light winds and stable atmospheric conditions favour its formation and persistence.

Fog and Mist: The Difference

The main difference is visibility. In fog, horizontal visibility falls below one kilometer, while in mist it remains at one kilometer or more. Both consist mainly of tiny water droplets suspended in the air.

What Is Smog?

Smog is different. The word combines smoke and fog, but modern smog does not necessarily contain fog. It refers to polluted air containing fine particles and other harmful pollutants.

Vehicle and industrial emissions, construction dust, and the burning of waste and biomass contribute to winter pollution. Weak winds and temperature inversion—when warmer air lies above colder air near the ground—restrict vertical mixing, allowing pollutants to accumulate.

Why Should We Be Concerned?

Fog and mist reduce visibility, making driving difficult. Smog is also a health concern. Fine particles can affect our lungs and heart, even when visibility appears reasonably clear.

Remember: Fog and mist consist mainly of tiny water droplets, while smog is pollution-laden air. When fog and pollution occur together, winter mornings become both a visibility and public-health challenge.

TRUST FOR PROMOTION OF EDUCATION (DONATION RECEIVED UPTO 15-11-2026)

Sr.	DONORS	Address	SUM (₹)
1.	S. Gurdev Singh Bindra	# 3266, Sector 71, Mohali	2500
2.	Dr. Harpal Kaur	# 92, Phase-2, Mohali	10,000
3.	Col Charanjit Singh Bamba	# 2725, Phase-7, Mohali	2,000
4.	Col Gajjan Singh	Vill Dhakoli, Zirakpur	1,000
5.	Sh V. S. Gupta	# 2254, Sector 68, Mohali	1,000
6.	Sh. Niranjan Singh	# 1544, G. Floor, TDI City, Sec. 74-A, Mohali	1,000

Donations are exmepted U/S 80G of Income Tax Act 1961 Kindly provide copy of PAN card also
For online donation - Bank Account No. 65082467556, SBI, IFSC CODE- SBIN0050502

DONATION RECEIVED BY MSCA UPTO 15.11.2026

R. No.	DATE	L.M. No.	Donors Sarv. Shri	SUM (₹)	Rks
6598	26/10/2026	1841	CHARANDEV SINGH	500	donation
6599	02/11/2026	102	RAMESH KUMAR	500	BD
6600	04/11/2026	1158	BALDEV SINGH JASSAL	1100	BD
6601	04/11/2026	2183	R S GREWAL	1100	BD Grandson
6602	04/11/2026	1271	AVINASH PAL KAUR	1100	BD
6603	04/11/2026	1857	GULSHAN NAYYAR	1100	BD
6604	04/11/2026	785	G S BINDRA	2000	BD
6605	04/11/2026	1161	KULJIT KAUR	1500	BD
6606	04/11/2026	2235	RAVINDER PAL SINGH	1100	BD
6607	04/11/2026	852	R K KALIA	1000	BD
6608	04/11/2026	31	V S GUPTA	1100	BD
6609	04/11/2026	1041	VIJAY ARYA	1100	Wedding Anni
6610	04/11/2026	855	INDERJIT SINGH NANDHA	1000	Daughter's BD
6611	04/11/2026	1534	RAJINDER KAUR	500	BD
6612	09/11/2026	2392	SHASHI GUPTA	2100	BD

For online donation - PNB Bank Account No. 1155000102026238, IFSC CODE- PUNB0352900 Kindly provide copy of your PAN Card also.

Donors Please Note

Members who donate to MSCA through UPI system or using QR code are requested to send the following information to Secretary Finance Mr. J S Rawal Mobile No. 98888-32878 to issue a proper receipt.

1. Your Name 2. LM Number 3. Your Mobile No. 4. PAN card number 5. Send the Screen-shot of payment.

WELCOME TO NEW MEMBERS

LM No	Name Sarv Shri/Smt.	D.O.B.	Address at Mohali	Previous Occupation	Mobile
2479	AMRIK SINGH	09-10-1959	# 2408/A, Sec. 70	SBI Cash Officer	9855722620
2480	HARJINDER KAUR	11-12-1957	# 2408/A, Sec. 70	Dy Director ESO Pb	9914132620
2481	SUSHIL KUMAR MARWAHA	12-01-1966	#A-!, Maya Garden City, Zirakpur	Manager, SBI	8894296011
2482	HEM LATA MARWAHA	21-08-1968	#A-!, Maya Garden City, Zirakpur	House wife	9816777422

"Reaching Out With Care"

November 2026
Palwant Kaur LM 1483
M 98559 10505

Mrs. Vimil Sood
LM 660
380, Ph-3A, Mohali
M. 94642 92309
She is perfectly fine and will join us soon as she was out of the country

Mr. Pritpal Singh
LM 763
404, Ph-3A, Mohali
M. 98729 96644
He is perfectly fine and will join us soon.

Mrs. Kulwant Kaur
LM 696
M. 94172 58586
Ph-3, Mohali
She is doing fine now will join us on future occasions.

Mrs. Prem Gupta
LM 1499
M. 94175 60906
She is experiencing pain in her legs.

Mr. Darshan Singh (LT Col)
LM 923
M. 97794 39106
His wife is un well, so, he wont be able to join us.

समय की धारा

Gulshan Nayyar LM 1857
M. 98159 76928

समय की धारा अपने
साथ सब कुछ बहा ले जाती है।
जो आज अपने सामर्थ्य,
दौलत, पद या भीड़ पर इतराते हैं
उन्हें भी एक दिन
समय आईना दिखा देता है।
न चेहरे हमेशा एक जैसे रहते हैं
न रिश्ते, न हालात और न ही सता।
इसलिए घमंड नहीं, अच्छे कर्म कमाइए
क्योंकि समय सबका हिसाब लेता है बस
उसका तरीका खामोश होता है।
वक्त से बड़ा न कोई शिक्षक है
न कोई न्यायाधीश।

Dear S Jarnail Singh
I have watched my wife Kuldeep participating in Sudoko for years. It helps her heal the mind and gives her feeling of positivity ahead of other activities of the day. I am sure all other participants are benefitting the same way.
You are devoting your valuable time to this without a single day's break.
My heartfelt compliments to you for your untiring effort which I think is real sewa . May Waheguru bless you to keep up this spirit for years to come .
With best regards
Guriqbal S Brar

When the Grandchildren Took Over the House

G. P. SINGH SANDHU LM 2192
M. 97795-82475

"A house without grandchildren is neat and tidy. A house with grandchildren is noisy, messy... and wonderfully alive."

There is a peculiar silence that visits many homes after retirement. The ticking off the clock seems louder, the newspapers remain undisturbed, and even the furniture appears to be waiting for something. Then, one memorable day, the doorbell rings. Tiny feet come running in, cheerful voices fill every room, and within minutes the house undergoes a magical transformation. The grandchildren have taken over the house—and, before long, our hearts as well.

The living room becomes a cricket stadium, the sofa turns into a mountain, and cushions become forts. Every drawer is opened in the name of "exploration," while every "Don't touch that!" is politely ignored. The biscuit tin, expected to last a fortnight, mysteriously empties before lunch. Ice cream suddenly becomes more important than vegetables, and grandparents happily become partners in little adventures that parents might never approve of. Then begin the endless questions. "Why is your hair white?" "Were there really no mobile phones when you were young?" "Did dinosaurs still exist when you were a child?" Each question is innocent, each answer imaginative, and every conversation priceless.

Grandchildren possess a rare magic—they turn even the most serious grandparent into a child again. We find ourselves building block towers, flying paper planes, playing hide-and-seek, and laughing until our cheeks ache.

Then, almost as suddenly as they arrived, they leave. The toys return to their shelves, the cushions find their places, and peace quietly settles back into the house. Yet the silence is no longer the same. It carries echoes of tiny footsteps, cheerful laughter, bedtime stories, and warm hugs.

Only then do we realize that the children didn't merely visit us—they filled our home with life, our days with joy, and our hearts with memories. After all, grandchildren don't just grow on the branches of our family tree; they bloom in our hearts. They remind us that a perfect home is not the quietest one, but the one filled with love, laughter, and a little delightful mischief.

The Letter to Editor

President, Brig. J.S. Jagdev, beautifully differentiated between Life Span and Health Span. His advice on mindful eating and stopping before feeling full is worth adopting; though how seriously we practice it can often be judged at social gatherings! These were indeed useful tips for staying fit and healthy.

As usual, Wg. Cdr. Baldev Singh familiarised us with the important days and festivals of November month, its origins and the current situation in Punjab. It is suggested that he also enlighten us about the origin and significance of Desi months. Vice President Mr. Jarnail Singh deserves appreciation for organising brain exercises like Mathudoku, Sudoku and puzzles. The growing number of participants reflects the increasing interest in these activities.

Mr. Swaran Mann made an interesting comparison between the old and new generations and shared valuable tips. However, today's fast-paced life, working couples and busy schedules often leave youngsters with limited time to devote to their children. Even spending vacations with grandparents has become difficult. Having enjoyed the festivals of the previous month, let us now look forward to celebrating and welcoming the New Year with renewed enthusiasm and togetherness.

G. P. Singh Sandhu LM 2192
M. 97795-82475

The essence of the writing of Sh. J. S. Jagdev in the last two paragraphs is worth reading where in, he specially mentioned that the life should be active, indipendent, engaged at different stages of life span. And if possible must be helpful to the society and the younger generation by virtue of their experience. Sh. Baldev Singh in his Editorial explained the importance of NOVEMBER. Baal Divas remembering on 11th. and Parkash Utsav is being celebrated on 24th. of November. He also taken issues of drugs and other social problems, which creates huge problems in general and particularly to our younger generation. Sh. G. P. Singh Sandhu is a multilevel personality. I always find him calm and respectful. The writings of Sh.Baldev Singh, Balwant Singh, Palwant Kaur, Guru Gurunay, Amrit Kaur, Avtar Kaur, G. P. Singh, Manmohan Singh, Tersem Bhardwaj, Menhga Singh, Manpreet Sandhu,Shiam Singh and Sh. Jarnail Singh Vice President, Ramandeep Kaur and Inderjit Kaur are worth reading. The Month of DECEMBER is coming to say Goodbye to the year 2026. Be Happy and healthy.

Gulshan Nayyar LM 1857 M. 9815976298
Fond regards to all on MSCA roll.
GY, Oct 2026, issue in hand.
(a) Thanks for acc : Article - Capt Prashar
(b) There is a rich contribution from new members. Topics are educative & earthly.
(c) President's Advisory to Sr. Citizen. and your usual 'dig-in' from the past history of every 'calender month' is enviable.
(d) Suggest: start a "Cartoon" corner, to humor us. Can be borrowed or contribution by members. Pl keep up the 'tempo'

Col Balwnat Singh LM 47 M. 94172 13557

ਜ਼ਖਮ

ਮਨਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸੋਢੀ ਐਲ.ਐਮ. 878
ਮੋ. 87259 97333

ਜ਼ਖਮ ਜੋ ਦਿੱਤੇ ਦੁਸ਼ਮਨ ਨੇ, ਭੁਲਾਏ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ,
ਕਹੇ ਜੋ ਗਾ ਸੋਹਲੇ, ਕੋਈ ਸਾਨੂੰ, ਗਾਏ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ।
ਭਰੋਸਾ, ਇੱਕ ਬਾਰ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਰ ਬਾਰ ਨਹੀਂ,
ਹੋਣ ਜੋ ਕਦੇ ਅਜ਼ਮਾਏ, ਬਾਰ-ਬਾਰ ਅਜ਼ਮਾਏ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ।
ਫਿਤਰਤ ਤੇਰੀ, ਲੁੱਕੀ-ਛੁੱਪੀ ਨਹੀਂ ਗੱਲ ਸੱਜਣਾ,
ਤੇਰੇ ਕਾਠ ਦੇ ਕੁੰਨ੍ਹੇ, ਅੱਗ ਝੜ੍ਹਾਏ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ।
ਕਸਮਾਂ ਤੇਰੀਆਂ ਬੇ-ਇਤਬਾਰੀਆਂ ਨੇ
ਆ, ਸੁਣ, ਥੁੱਕੀਂ ਵੜੇ ਪਕਾਏ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ।
ਮੇਰਾ ਚੇਤਾ ਮਾੜਾ, ਖੁਸ਼-ਫਹਿਮੀ ਤੇਰੀ ਹੈ
ਚੁੱਪ ਹਾਂ ਪਰ, ਜ਼ਖਮ ਚੁੱਪ ਕਰਾਏ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ।
ਖੰਡ-ਲਪੇਟੀ, ਜ਼ਹਿਰ ਕਿੰਜ ਖਾਵਾਂ, ਮੈਂ,
ਤੀਰ ਤੇਰੀ ਨਫਰਤ ਦੇ, ਖਾਏ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ।
ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਰਹਿਮਤ ਦਾ ਪਾਤਰ ਹੈ 'ਸੋਢੀ',
ਤੇਰੇ ਕਾਵਾਂ ਤੋਂ ਬਨੇਰੇ ਢਾਹੇ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੇ।

The Joy of Being a Grandparent

Manpreet Sandhu LM 2193 M. 81466-42146

Becoming a grandparent is a wonderful promotion—without an interview, salary negotiation or retirement age! Suddenly, the little people who call you "Dadu" or "Nanu" become the most important members of the family.

Grand children have a special talent: they can turn an ordinary afternoon into a celebration. A simple visit may begin with, "Dadu, what did you bring for me?" And before you can answer, they have already checked your pockets!

The best part is that grandparents have the luxury of enjoying children without worrying too much about discipline. When their parents say, "No chocolate before dinner," grandparents quietly discover that *one small piece* cannot possibly hurt. Of course, the definition of "one small piece" changes according to the situation!

I remember a little grandchild once asking his grandfather, "Dadu, were you also young when Papa was young?" The grandfather proudly replied, "Of course!" The child looked surprised and asked, "Then why don't you have any photographs?" That innocent question left everyone laughing—and the grandfather wondering whether children have become too clever!

Grandchildren also keep us technologically young. They can operate a smart phone faster than we can find the correct button. They teach us video calls, emojis and passwords—though the password usually disappears from our memory the moment they leave!

But the greatest joy is not in chocolates, toys or technology. It is in those small moments—holding their tiny hands, listening to their endless stories, watching them laugh and seeing the world again through their innocent eyes.

Grandchildren may visit for a few hours and leave behind a house full of noise, toys and scattered cushions. Yet when they leave, the house suddenly feels unusually quiet. We may complain about the mess, but secretly wish they would return soon.

Perhaps that is the real joy of being a grandparent: they make us feel young again, without making us give up our comfortable chair!

ਧੀਆਂ–ਇੱਕ ਅਨਮੋਲ ਤੋਹਫਾ

(ਇੱਕ ਸੱਚੀ ਕਹਾਣੀ)

ਅਵਤਾਰ ਕੌਰ ਐਲ.ਐਮ. 988
ਮੋ. 97793 24400

ਔਲਾਦ, ਰੱਬ ਵੱਲੋਂ ਬਖਸ਼ਿਆ ਹੋਇਆ ਇਕ ਵੱਡਮੁੱਲਾ ਤੋਹਫਾ ਹੈ। ਚਾਹੇ ਉਹ ਧੀ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਪੁੱਤ। ਜੇ ਅਸੀਂ ਕਹੀਏ ਕਿ ਧੀਆਂ ਇੱਕ ਅਨਮੋਲ ਹੀਰੇ ਵਾਂਗ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਇਹ ਕੋਈ ਅੱਤਕਥਨੀ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ। ਅਸੀਂ ਇਸ ਸੱਚੀ ਕਹਾਣੀ ਤੋਂ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਗਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਕਿਸੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦੇ ਘਰ ਇਕ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਦੋਂ ਦੂਜੀ ਧੀ ਨੇ ਜਨਮ ਲਿਆ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਬਹੁਤੀ ਖੁਸ਼ੀ ਜ਼ਾਹਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਤੇ ਦੋਨਾਂ ਧੀਆਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਲੱਗੇ। ਤੀਜੀ ਵਾਰੀ ਪੁੱਤਰ ਦੀ ਆਸ ਵਿਚ ਫਿਰ ਇੱਕ ਧੀ ਨੇ ਜਨਮ ਲਿਆ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਰੱਬ ਵੱਲੋਂ ਬਖਸ਼ੀ ਹੋਈ ਇਹ ਦਾਤ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੀ ਝੋਲੀ ਵਿੱਚ ਪਾ ਕੇ ਉਸ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਪਾਇਆ। ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਘਰ ਇਕ ਪੁੱਤਰ ਨੇ ਜਨਮ ਲਿਆ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਬੜੀ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਪਾਲਦਿਆਂ ਆਪਣੀ ਤੀਜੀ ਧੀ ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਭੁੱਲ ਗਏ। ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਜਵਾਨ ਹੋ ਗਏ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਿਆਹ ਵੀ ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਕਰ ਦਿੱਤੇ। ਇਸ ਤੀਜੀ ਧੀ ਨੂੰ ਵੀ ਉਸ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੇ ਇੱਕ ਸਾਧਾਰਣ ਜਿਹੇ ਘਰ ਵਿਚ ਵਿਆਹ ਦਿੱਤਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਆਪ ਵੀ ਸਾਧਾਰਣ ਪਰਿਵਾਰ ਸੀ।

ਹਰ ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਿਸਮਤ ਰੱਬ ਆਪ ਹੀ ਲਿਖ ਕੇ ਭੇਜਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਲੜਕੀ ਨੂੰ ਸਹੁਰਾ ਪਰਿਵਾਰ ਬਹੁਤ ਚੰਗਾ ਮਿਲ ਗਿਆ ਤੇ ਉਸ ਨੇ ਆਪ ਵੀ ਆਪਣੇ ਗੁਣਾਂ ਕਰਕੇ ਬਹੁਤ ਇੱਜ਼ਤ ਖੱਟੀ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਸਹੁਰਿਆਂ ਦੀ ਲਾਡਲੀ ਨੂੰਹ ਬਣ ਗਈ। ਉਹ ਰੱਬ ਦਾ ਸ਼ੁੱਕਰ ਮਨਾਉਂਦੀ ਥੱਕਦੀ ਨਹੀਂ ਸੀ।

ਇਸ ਧੀ ਦੇ ਜਨਮ ਦਾਤੇ ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਦੂਰ ਵਿਆਹ ਕੇ ਬਿਲਕੁਲ ਇਕੱਲੇ ਰਹਿ ਗਏ ਹਨ। ਹੁਣ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤੀਜੀ ਧੀ ਦਾ ਖਿਆਲ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਲੋਕਲ ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਕਦੀ ਬਿਮਾਰ ਵੀ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਉਹ ਪੁੱਤਰ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਸਹਾਰਾ ਸਮਝਦੇ ਸਨ, ਉਹ ਵੇਲੇ ਸਿਰ ਪਹੁੰਚ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਵਿਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਹੁਣ ਇਸ ਲੋਕਲ ਰਹਿੰਦੀ ਧੀ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰ ਕਰ ਕੇ ਪਛਤਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਉਸ ਦੇ ਘਰ ਜਾ ਕੇ ਉਸ ਕੋਲੋਂ ਮਾਫੀ ਮੰਗ ਕੇ, ਤਰਲੇ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣਾ ਦੁੱਖ-ਸੁੱਖ ਉਸ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਇਹਨਾਂ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖ ਭਾਲ ਤੇ ਸੇਵਾ ਸੰਭਾਲਣ ਇਹੀ ਬੱਚੀ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਰੱਬ ਨੇ ਇਸ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਰਹਿਮ ਪਾਇਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਦੂਜੀਆਂ ਦੋਨੋਂ ਭੈਣਾਂ ਆਪਣੇ ਘਰਾਂ ਵਿਚ ਸੌਖੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਹਾਲ ਫੋਨ ਤੇ ਹੀ ਪੁੱਛ ਲੈਦੀਆਂ ਹਨ।

ਬਜ਼ੁਰਗ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸੁੱਖ ਸੁਵਿਧਾ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰਖਣਾ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਤੀਜੀ ਧੀ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਆਇਆ ਹੈ, ਜੋ ਬੜੀ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਨਿਭਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਰੱਬ ਨੇ ਸਾਰੇ ਸੁਖ ਬਖਸ਼ੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਉਸ ਦੇ ਪਤੀ ਦਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਵੀ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਚਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸੋ, ਰੱਬ ਦੇ ਦਿੱਤੇ ਹੋਏ ਹਰ ਜੀਅ ਨੂੰ ਵਰਦਾਨ ਸਮਝੋ, ਖਾਸ ਕਰ ਬੇਟੀਆਂ ਨੂੰ, ਜੋ ਹਰ ਦੁੱਖ ਸੁੱਖ ਵਿੱਚ ਸਾਂਝ ਪਾਦੀਆਂ ਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਕੋਲੋਂ ਬਦਲੇ ਵਿਚ ਸਿਰਫ ਪਿਆਰ ਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਮੰਗਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੇਵਲ ਕੰਜਕਾਂ ਨੂੰ ਪੂਜ ਕੇ ਹੀ ਦਿਖਾਵਾ ਨਾ ਕਰੋ। ਇਹਨਾਂ ਬੱਚੀਆਂ ਦੀ ਕਦਰ ਵੀ ਕਰੋ। ਧੀਆਂ ਘਰ ਦੀ ਬਰਕਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

Three Thousand Two Hundred Kilometres of Friendship, Adventure and Memories

Swaran Maan LM 1886 M. 81465 26807

Some journeys are remembered for the places we visit; others, for the experiences we share. Our South Indian Road trip was memorable above all for the wonderful company and friendship that made every kilometre special.

After delightful holidays in Kashmir with my friend Commander Parminder Brar and his wife, Navdeep, we planned a longer adventure through southern India. Since Parminder was settled in Goa, we chose it as our starting point. Our route included Bengaluru, Mysore, Ooty, Munnar, Kochi and Mangalore, before returning to Goa.Route plan was carefully made after some brainstorming regarding budget hotels and road distances from one place to another.

My wife and I travelled to Goa by the scenic Konkan Railway and received a warm welcome by Parminder and Navdeep at Goa.After two enjoyable days, we set off for Bengaluru. As I was the only driver, so the long drive was entrusted to me. Finding our way out of Goa proved surprisingly difficult, as GPS navigation led us into confusion. At the Karnataka border, our vehicle was stopped for inspection because of restrictions on carrying liquor from Goa and we were carrying liquor for this trip. Fortunately, when they came to know that we are from Navy, we were allowed a out of turn passage. We reached Bengaluru after covering nearly 700 Kms in the evening.

Bengaluru tested our patience. Heavy rain, waterlogged roads, non-cooperative GPS and notorious traffic made the final stretch to our hotel exhausting. The next morning, after visiting Bannerghatta safari, we headed towards Mysore. Once again, GPS took us on a frustrating detour, costing us nearly three hours. Visit to Brindavan gardens musical fountain and light show was amazing. Mysore's calmer traffic was a welcome relief.

The drive to Ooty was a treat, with dense forests, and glimpses of wildlife. Steep gradients and hairpin bends tested both the car and its driver, but the destination made it worth. Ooty charmed us with its lush green tea gardens, Botanical Gardens and cool mountain air. A memorable highlight was the toy train ride from Ooty to Coonoor through the beautiful Nilgiri hills. We spent nearly six days enjoying this lovely hill station.

From Ooty, we travelled via Coimbatore to Munnar in Kerala. Mist-covered mountains and breathtaking scenery made the approach unforgettable. Next day evening, we continued our expedition to Kochi, where we were warmly received by Parminder's elder daughter, Nimrat, and her husband, Commander Tejinder Randhawa of the Indian Navy.

Our visit coincided with Navy Week, giving us the good fortune to witness a magnificent Naval Air Flypast and illuminated naval warships sailing in front of us. Another highlight was a full day exploring the backwaters of Alleppey in a private boat, enjoying Kerala's tranquil waterways, picturesque villages and hospitality.

It was time to say goodbye to our wonderful hosts. With around 900 kilometers between Kochi and Goa, we broke the journey at Mangalore for the night.

By the end of the expedition, our car's speedometer was registering some 3,200 kilometers when we reached Goa. Yet the journey was not much about distance or sightseeing, it was a celebration of friendship, companionship and adventure.

Roads eventually come to an end, but the memories—and the friendships behind them—stay with us for a lifetime.

ਚਮਕੌਰ ਦੀ ਗੜ੍ਹੀ

ਵਿੰਗ ਕਮਾਂਡਰ ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ ਐਲ.ਐਮ. 1334 ਮੋ. 99156 12157

ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿਚ ਦਸੰਬਰ ਮਹੀਨੇ ਦਾ ਪਿਛਲਾ ਪੰਦਰਵਾੜਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮਹੱਤਵ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਸਿਰਫ਼ ਚਾਰ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਭਾਵ 8 ਪੋਹ ਤੋਂ 13 ਪੋਹ ਤੱਕ ਇਕ ਪਿਤਾ ਨੇ ਚਾਰ ਪੁੱਤਰ ਕੌਮ ਅਤੇ ਧਰਮ ਦੀ ਖਾਤਰ ਵਾਰ ਦਿੱਤੇ। ਦੋਨੋਂ ਵੱਡੇ ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦਿਆਂ ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਜੁਝਾਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਚਮਕੌਰ ਦੇ ਮੈਦਾਨ-ਏ-ਜੰਗ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਤਲਵਾਰ ਦਾ ਜੌਹਰ ਵਿਖਾਉਂਦਿਆਂ ਸ਼ਹੀਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ। ਛੋਟੇ ਦੋ ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦੇ ਜ਼ੋਰਵਾਰ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਫ਼ਤਿਹ ਸਿੰਘ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸੂਬਾ ਸਰਹਿੰਦ ਵਲੋਂ ਦਿੱਤੇ ਲਾਲਚ ਨੂੰ ਠੁਕਰਾਇਆ, ਅਕਹਿ ਅਤੇ ਅਸਹਿ ਅੱਤਿਆਚਾਰ ਨੂੰ ਸਹਾਰਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੇ ਧਰਮ ਪ੍ਰਤੀ ਆਸਥਾ ਨੂੰ ਠੇਸ ਨਾ ਪਹੁੰਚਣ ਦਿੱਤੀ।

1704 ਈਸਵੀਂ ਦੇ ਮਈ ਮਹੀਨੇ ਵਿਚ ਮੁਗਲਾਂ ਅਤੇ ਪਹਾੜੀ ਰਾਜਿਆਂ ਨੇ ਸ੍ਰੀ ਆਨੰਦਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਘੇਰਾ ਪਾ ਲਿਆ। ਜਦੋਂ ਦੁਸ਼ਮਣ ਬਲ ਨਾਲ ਸਿੰਘਾਂ ਨੂੰ ਦਬਾਉਣ ਵਿਚ ਕਾਮਯਾਬ ਨਾ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਉਸਨੇ ਕੁਰਾਨ ਅਤੇ ਦੇਵੀ ਦੇ ਨਾਮ ਤੇ ਝੂਠੀਆਂ ਸਹੁੰਆਂ ਖਾਕੇ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਭਰੋਸਾ ਦਵਾਇਆ ਕਿ ਜੇਕਰ ਕਿਲ੍ਹਾ ਖਾਲੀ ਕਰ ਦੇਣ ਤਾਂ ਉਹ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਲਾਂਘਾ ਦੇ ਦੇਣਗੇ। 20 ਦਸੰਬਰ (6 ਪੋਹ) ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਸਿੱਖ ਸੈਨਿਕਾ ਨਾਲ, ਪੋਹ ਦੀ ਠੰਡੀ ਰਾਤ ਨੂੰ, ਸ੍ਰੀ ਆਨੰਦਪੁਰ ਦਾ ਕਿਲ੍ਹਾ ਖਾਲੀ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਉਹ ਅਜੇ ਆਨੰਦਪੁਰ ਤੋਂ ਥੋੜ੍ਹੀ ਹੀ ਦੂਰ ਗਏ ਸਨ ਕਿ ਦੁਸ਼ਮਣ ਨੇ ਝੁੱਕ ਕੇ ਚੱਟਣ 'ਚ ਦੇਰ ਨਾ ਕੀਤੀ। ਪਹਾੜੀ ਰਾਜਿਆਂ ਅਤੇ ਮੁਗਲ ਫੌਜਾਂ ਨੇ ਰਲ ਕੇ, ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਕਾਫ਼ਲੇ ਤੇ ਹਮਲਾ ਕਰ ਦਿਤਾ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਯੁੱਧ ਨੀਤੀ ਦੇ ਪੈਂਤੜੇ ਅਨੁਸਾਰ ਸਿੰਘਾਂ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਵੈਰੀ ਦੀਆਂ ਫੌਜਾਂ ਨੂੰ ਠੱਲ੍ਹਣ ਲਈ ਤਇਤਾਨ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਵੱਖਰੇ-ਵੱਖਰੇ ਜਥਿਆਂ ਨੇ ਦੁਸ਼ਮਣਾਂ ਨੂੰ ਯੁੱਧ ਵਿਚ ਉਲਝਾਈ ਰੱਖਿਆ ਜਿਸਦੇ ਫਲਸਰੂਪ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਨੂੰ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਮਿਲ ਗਿਆ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਕੁਝ ਸਿੰਘ ਸਰਸਾ ਨਦੀ ਉੱਪਰ ਪਹੁੰਚ ਗਏ। ਉਸ ਰਾਤ ਸਿਰਸਾ ਨਦੀ ਵਿਚ ਹੜ੍ਹ ਆਇਆ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਨਦੀ ਵਿਚ ਤੁਫ਼ਾਨ ਮੱਚਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਉਧਰੋਂ ਵੈਰੀ ਮਾਰੋ-ਮਾਰ ਕਰਦਾ ਆ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਨਦੀ ਪਾਰ ਕਰਦਿਆਂ ਬਹੁਤ ਸਿੰਘ ਰੁੜ੍ਹ ਗਏ, ਲਿਟਰੇਚਰ ਨਦੀ ਦੀ ਭੇਂਟ ਚੜ੍ਹ ਗਿਆ ਅਤੇ ਕੁਝ ਪਾਰ ਲੰਘ ਗਏ। ਪਰਿਵਾਰ ਤਿੰਨ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿਚ ਵੰਡਿਆ ਗਿਆ। ਵੱਡੇ ਦੋਨੋ ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦੇ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਨਾਲ ਸਨ। ਛੋਟੇ ਦੋਨੋਂ ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦੇ ਜ਼ੋਰਾਵਰ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਫ਼ਤਿਹ ਸਿੰਘ ਆਪਣੀ ਦਾਦੀ ਨਾਲ ਅਤੇ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਮਹਿਲ ਮਾਤਾ ਸੁੰਦਰੀ ਜੀ ਅਤੇ ਮਾਤਾ ਸਾਹਿਬ ਕੌਰ ਜੀ ਭਾਈ ਮਨੀ ਸਿੰਘ ਨਾਲ ਦੋਨਾਂ ਮਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਭਾਈ ਮਨੀ ਸਿੰਘ ਦਿੱਲੀ ਲੈ ਗਏ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਚਮਕੌਰ ਪਹੁੰਚਕੇ ਕੱਚੀ ਗੜ੍ਹੀ ਵਿਚ ਮੋਰਚੇ ਲਾ ਦਿੱਤੇ। ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਚਾਲੀ ਸਿੰਘ ਸਨ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਸਿੰਘਾਂ ਨੂੰ ਤੀਰ ਅਤੇ ਗੋਲੀਆਂ ਦੇ ਕੇ ਚੁਫੇਰੇ ਨਜਰ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕਿਹਾ।

ਉਸ ਦਿਨ ਇਥੇ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ ਇਕ ਅਸਾਂਵੀ ਜੰਗ ਲੜੀ ਗਈ। ਇਕ ਪਾਸੇ ਕੱਚੀ ਗੜ੍ਹੀ ਵਿਚ ਗਿਣਤੀ ਦੇ ਚਾਲੀ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਦਸ ਲੱਖ ਦੁਸ਼ਮਣ ਦੀ ਫ਼ੌਜ, ਜੰਗ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ। ਦੁਸ਼ਮਣ ਜਦ ਵੀ ਗੜ੍ਹੀ ਦੇ ਪਾਸ ਢੁੱਕਦਾ ਸਿੰਘ ਮੂੰਹ ਤੋੜਵਾਂ ਜੁਆਬ ਦਿੰਦੇ। ਜਿਸਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ, 'ਗਿਰਦ ਗੜ੍ਹੀ ਦੇ ਮੁਰਦੇ ਪਏ ਬਹੁਤੇ, ਖੂਨ ਨਾਲ ਧਰਤੀ ਲਾਲੋ ਲਾਲ ਹੋਈ', ਜਦੋਂ ਤੀਰ ਅਤੇ ਗੋਲੀਆਂ ਖਤਮ ਹੋ ਗਏ ਸਿੰਘ ਤਲਵਾਰਾਂ ਲੈ ਕੇ ਜੰਗ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਵਿਚ ਨਿੱਤਰੇ ਅਤੇ ਦੁਸ਼ਮਣਾਂ ਦੇ ਆਹੂ ਲਾਹੁੰਦੇ ਸ਼ਹੀਦ ਹੋਏ। ਸਿੰਘਾਂ ਦੀ ਸੂਰਬੀਰਤਾ ਨੂੰ ਵੇਖ ਕੇ ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦੇ ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਦਾ ਖੂਨ ਖੌਲਿਆ ਅਤੇ ਪਿਤਾ ਕੋਲੋਂ ਆਗਿਆ ਲੈਣ ਗਿਆ। ਗੁਰੂ ਪਿਤਾ ਨੇ ਮੱਥਾ ਚੁੰਮਿਆ, ਛਾਤੀ ਨਾਲ ਲਾਇਆ ਅਤੇ ਹੱਥੀਂ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਜੰਗ ਵਿਚ ਕੁੱਦ ਜਾਣ ਲਈ ਤੋਰ ਦਿੱਤਾ।

ਇਉਂ ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦਾ ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਵੈਰੀ ਦਲ ਨੂੰ ਭਾਜੜਾਂ ਪਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਸ਼ਹੀਦੀ ਪਾ ਲਈ। ਵੱਡੇ ਵੀਰ ਨੂੰ ਸ਼ਹੀਦੀ ਪਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਨੂੰ ਦੇਖਕੇ, ਛੋਟੇ ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦੇ ਦਾ ਖੂਨ ਵੀ ਖੌਲਿਆ ਅਤੇ ਗੁਰੂ ਪਿਤਾ ਕੋਲੋਂ ਜੰਗ ਵਿਚ ਜਾਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਮੰਗੀ। ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਨੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥੀਂ ਬੇਟਾ ਜੰਗ ਨੂੰ ਤੋਰ ਦਿੱਤਾ। ਉਹ ਜੰਗ ਵਿਚ ਇੰਜ ਉਤਰਿਆਂ ਜਿਵੇਂ ਬਘਿਆੜ ਭੇਡਾਂ ਦੇ ਝੁੰਡ ਨੂੰ ਪੈਂਦਾ ਹੋਵੇ। ਸਰੀਰ ਉਪਰ ਤੇਗਾਂ ਦੇ ਫੱਟ ਲੱਗੇ, ਕਈ ਤੀਰ ਲੱਗੇ, ਸਰੀਰ ਛਾਨਣੀ ਹੋ ਗਿਆ ਅਖੀਰ ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦੇ ਨੇ ਸ਼ਹੀਦੀ ਦਾ ਜਾਮ ਪੀ ਲਿਆ।

ਚਮਕੌਰ ਦੀ ਜੰਗ ਇਸ ਕਾਰਨ ਹੀ ਮਹੱਤਵ ਨਹੀਂ ਕਿ ਅੱਤ ਦੀ ਠੰਢੀ ਰਾਤ, ਗਿੱਲੇ ਕੱਪੜੇ, ਮੀਲਾਂ ਦਾ ਪੰਧ ਮਾਰਕੇ ਆਏ, ਕਈ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਭੁੱਖੇ, ਕੋਈ ਅਸਲਾ ਨਹੀਂ, ਕੋਈ ਟਿਕਾਣਾ ਨਹੀਂ, ਕੱਚੀ ਗੜ੍ਹੀ ਵੀ ਪੈਸੇ ਦੇ ਕੇ ਲਈ, ਜਿੱਥੇ ਸਿੰਘਾਂ ਨੇ ਮੋਰਚੇ ਲਾਏ, ਚਾਲੀ ਸਿੰਘਾਂ, ਦੋ ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦਿਆਂ ਅਤੇ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਲੱਖਾਂ ਵਿਰੋਧੀ ਸੈਨਿਕਾਂ ਦਾ ਬੇ-ਮਿਸਾਲ ਬਹਾਦਰੀ ਨਾਲ ਟਾਕਰਾ ਕੀਤਾ। ਇਕੱਲਾ-ਇਕੱਲਾ ਸਿੰਘ ਸਵਾ ਲੱਖ ਨਾਲ ਲੜਿਆ, ਸਗੋਂ ਇਕ ਬਾਪ ਵਲੋਂ ਆਪਣੇ ਜਿਗਰ ਦੇ ਟੋਟਿਆਂ ਨੂੰ ਸਾਹਮਣੇ ਖੜ੍ਹੀ ਮੌਤ ਵੱਲ ਆਪ ਤੋਰ ਕੇ ਹਾਉਕੇ ਲੈਣ ਦੀ ਥਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਕਰਨ, ਕਾਰਨ ਵੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਜੋਗੀ ਅੱਲਾ ਯਾਰ ਖਾਂ ''ਗੰਜ-ਏ-ਸ਼ਹੀਦਾਂ'' ਵਿੱਚ ਲਿਖਦਾ ਹੈ

ਬੱਸ ਏਕ ਹਿੰਦ ਮੇਂ ਤੀਰਥ ਹੈ ਯਾਤਰਾ ਕੇ ਲਿਯੇ।
ਕਟਾਏ ਬਾਪ ਨੇ ਬੱਚੇ ਜਹਾਂ ਖੁਦਾ ਕੇ ਲੀਯੇ।
ਚਮਕ ਹੈ ਮਿਹਰ ਕੀ ਚਮਕੌਰ ਤੇਰੇ ਜ਼ਰੋਂ-ਮੇਂ
ਯਹੀਂ ਸੇ ਬਨ ਕੇ ਸਿਤਾਰੇ ਗਏ ਸਮਾ ਕੇ ਲੀਯੇ।
ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਕੇ ਲਖਤ-ਏ-ਜਿਗਰ ਅਜੀਤ ਜੁਝਾਰ,
ਫਲਕ ਪਿ ਏਕ, ਯਹਾਂ ਦੋ ਚਾਂਦ ਹੈਂ ਜ਼ਿਯਾ ਕੇ ਲੀਯੇ।

ਠੰਡਾ ਬੁਰਜ

ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ ਪਰਦੇਸ਼ੀ ਐਲ.ਐਮ. 753
ਮੋ. 62397 12259

ਦਾਦੀ ਜਦੋਂ ਪੋਤਿਆਂ ਨੂੰ ਬੁੱਕਲ ਲੁਕਾਇਆ ਹੋਵੇਗਾ,
ਬੁਰਜ਼ ਠੰਡੇ ਦਾ ਵੀ ਦਿਲ, ਭਰ ਆਇਆ ਹੋਵੇਗਾ।
ਕਾਲੀ ਬੋਲੀ ਰਾਤ, ਸਰਨਾਟਾ ਛਾਇਆ ਹੋਇਆ ਸੀ,
ਬੱਚਾ ਬੱਚਾ ਗੰਗੂ ਦੀਆਂ, ਕਰਤੂਤਾਂ ਤੇ ਰੋਇਆ ਸੀ।
ਪਰਿਵਾਰ ਵਿਛੋੜਾ, ਅਨੰਦਪੁਰ, ਯਾਦ ਆਇਆ ਹੋਵੇਗਾ,
ਦਾਦੀ ਜਦੋਂ ਪੋਤਿਆਂ ਨੂੰ ਬੁੱਕਲ ਲੁਕਾਇਆ ਹੋਵੇਗਾ।
ਸਿੱਖੀ ਦਾ ਸਬਕ ਦਾਦੀ, ਪੋਤਿਆਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਇਆ ਸੀ,
ਮੋਤੀ ਮਹਿਰਾ ਲੱਗੇ ਪਹਿਰਿਆਂ 'ਚ, ਦੁੱਧ ਲੈ ਕੇ ਆਇਆ ਸੀ।
ਕੋਹਲੂ ਵਿੱਚ ਪੀੜ, ਕਿੰਨਾ ਕਹਿਰ ਢਹਿਆ ਹੋਵੇਗਾ,
ਦਾਦੀ ਜਦੋਂ ਪੋਤਿਆਂ ਨੂੰ ਬੁੱਕਲ ਲੁਕਾਇਆ ਹੋਵੇਗਾ।
ਸੂਬੇ ਜਦ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ, ਕਚਹਿਰੀ 'ਚ ਬੁਲਾਇਆ ਸੀ,
ਇਸਲਾਮ ਮੰਨੋ ਬੱਚਿਉ, ਡਰਾਬਾ ਉਹ ਨੇ ਪਾਇਆ ਸੀ।
ਸ਼ਹੀਦੀ ਖੂਨ ਬੱਚਿਆ 'ਚ, ਉਬਾਲ ਖਾਇਆ ਹੋਵੇਗਾ,
ਦਾਦੀ ਜਦੋਂ ਪੋਤਿਆਂ ਨੂੰ ਬੁੱਕਲ ਲੁਕਾਇਆ ਹੋਵੇਗਾ।
ਫਤਵਾ ਸੁਣਾਇਆ ਕਾਜੀ, ਦੀਵਾਰ 'ਚ ਚਿਣਾ ਦਿਉ,
ਸੱਪ ਦੇ ਸਪੋਲਿਆਂ ਦੇ, ਸਿਰਾਂ ਨੂੰ ਦਬਾਅ ਦਿਉ।
ਕੁਰਾਨ ਦੀਆਂ ਆਇਤਾਂ 'ਚੋਂ ਨੀਰ ਆਇਆ ਹੋਵੇਗਾ,
ਦਾਦੀ ਜਦੋਂ ਪੋਤਿਆਂ ਨੂੰ ਬੁੱਕਲ ਲੁਕਾਇਆ ਹੋਵੇਗਾ।
ਫਤਵਾ ਸੁਣਾਇਆ ਕਾਜੀ, ਦੀਵਾਰ 'ਚ ਚਿਣਾ ਦਿਉ,
ਸੱਪ ਦੇ ਸਪੋਲਿਆਂ ਦੇ, ਸਿਰਾਂ ਨੂੰ ਦਬਾਅ ਦਿਉ।
ਕੁਰਾਨ ਦੀਆਂ ਆਇਤਾਂ 'ਚੋਂ', ਨੀਰ ਆਇਆ ਹੋਵੇਗਾ,
ਦਾਦੀ ਜਦੋਂ ਪੋਤਿਆਂ ਨੂੰ ਬੁੱਕਲ ਲੁਕਾਇਆ ਹੋਵੇਗਾ।
ਟੋਰਡ ਮੱਲ ਮੋਹਰਾਂ ਦੇ, ਮੁੱਲ ਧਰਤੀ ਦਾ ਮੋੜਿਆ,
ਸਸਕਾਰ ਕਰ ਸਿੱਖੀ ਦੇ, ਸਿਤਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਤੋਰਿਆ।
ਸੁਰਲੋਕ ਕੁਰਬਾਨੀਆਂ ਦਾ, ਗੀਤ ਗਾਇਆ ਹੋਵੇਗਾ,
ਦਾਦੀ ਜਦੋਂ ਪੋਤਿਆਂ ਨੂੰ ਬੁੱਕਲ ਲੁਕਾਇਆ ਹੋਵੇਗਾ।
ਬੁਰਜ਼ ਠੰਡੇ ਦਾ ਵੀ ਦਿਲ, ਭਰ ਆਇਆ ਹੋਵੇਗਾ,
ਦਾਦੀ ਜਦੋਂ ਪੋਤਿਆਂ ਨੂੰ ਬੁੱਕਲ ਲੁਕਾਇਆ ਹੋਵੇਗਾ।
ਬੁਰਜ਼ ਠੰਡੇ ਦਾ ਵੀ ਦਿਲ, ਭਰ ਆਇਆ ਹੋਵੇਗਾ,

ਅਸਲੀ ਸੇਵਾ

ਸ਼ਿਆਮ ਸਿੰਘ ਭਮਰਾ ਐਲ.ਐਮ. 888
ਮੋ. 98780 92625

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਾਰਡ ਦੇ ਬਾਹਰੋਂ ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣ ਗਿਆ ਵੱਡਾ ਭਰਾ ਗੁਰਦੇਵ ਜਦੋਂ ਦੋ ਘੰਟੇ ਬਾਅਦ ਵੀ ਵਾਪਿਸ ਨਾ ਆਇਆ ਤਾਂ ਅਰਧ-ਬੇਹੋਸ਼ ਬਜ਼ੁਰਗ ਪਿਓ ਕੋਲ ਖੜੇ ਸਤਵੰਤ ਦਾ ਮਨ ਕਾਹਲਾ ਜਿਹਾ ਪੈਣ ਲਗਿਆ। ਕੁਝ ਦੇਰ ਪਿਛੋਂ ਵਡੇ ਭਰਾ ਗੁਰਦੇਵ ਨੇ ਆ ਕੇ ਦਵਾਈਆਂ ਵਾਲਾ ਲਫਾਫਾ ਨਰਸ ਨੂੰ ਫੜਾਇਆ ਤੇ ਬਾਪੂ ਦਾ ਇਲਾਜ਼ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ। ਇਨੇ ਵਿਚ ਡਾਕਟਰ ਨੇ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ ਭੀ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਤੇ ਵਡੇ ਭਰਾ ਗੁਰਦੇਵ ਨੇ ਆਪਣੇ ਛੋਟੇ ਭਰਾ ਸਤਵੰਤ ਦੇ ਹੱਥ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ ਫੜਾਉਦਿਆਂ, ਹੁਣ ਉਸ ਦੀ ਵਾਰੀ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਵਾਇਆ। ਉਹ ਅਜੇ ਦਰਵਾਜਾ ਟੱਪਿਆ ਹੀ ਸੀ ਕਿ ਵੱਡੇ ਭਰਾ ਨੇ ਕੁੜਤੇ ਹੇਠ ਛੁਪਾਏ ਅਸਟਾਮ ਪੇਪਰ ਉੱਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਅਰਧ-ਬੇਹੋਸ਼ ਪਏ ਬਾਪੂ ਦਾ ਅੰਗੂਠਾ ਆਪ ਹੀ ਫੜ੍ਹ ਕੇ ਲਗਵਾ ਲਿਆ। ਘੰਟੇ ਕੁ ਪਿਛੋਂ ਸਤਵੰਤ ਛੋਟਾ ਭਰਾ ਦਵਾਈਆ ਲੈ ਕੇ ਮੁੜਿਆ ਤਾਂ ਨਰਸ ਨੇ ਲੇਟ ਹੋਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਤੇ ਝਾੜ ਪਾਈ ਅਤੇ ਇਕ ਹੋਰ ਪਰਚੀ ਉਸ ਦੇ ਹੱਥ ਫੜਾ ਦਿਤੀ। ਉਹ ਪਰਚੀ ਫੜਕੇ ਵਡਾ ਭਰਾ ਅਜੇ ਦਰਵਾਜਾ ਟੱਪਿਆ ਹੀ ਸੀ ਕਿ ਸਤਵੰਤ ਨੇ ਕਾਹਲੀ-ਕਾਹਲੀ ਤਾਜੇ ਖਰੀਦੇ ਅਸਟਾਮ ਪੇਪਰ ਤੇ ਆਪਣੇ ਅਰਧ-ਬੇਹੋਸ਼ ਬਾਪੂ ਦਾ ਅੰਗੂਠਾ ਲਗਾ ਲਿਆ ਅਤੇ ਕੋਲ ਪਏ ਸਟੂਲ ਤੇ ਇੰਝ ਬੈਠ ਗਿਆ ਜਿਵੇਂ ਚਿਰਾਂ ਦੀ ਮਿਹਨਤ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਆਰਾਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ। ਇਸ ਤਰਾਂ ਦੋਨਾ ਭਰਾਵਾਂ ਨੇ ਮੌਤ ਕਿਨਾਰੇ ਪਏ ਬਾਪੂ ਦੀ ਅਜਿਹੀ ਅਸਲੀ ਸੇਵਾ ਕਰਕੇ ਪੁੱਤਰ ਹੋਣ ਦਾ ਫਰਜ਼ ਨਭਾਇਆ।

ਪਿੰਡ ਦਾ ਗੇੜਾ

ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ ਢੀਂਡਸਾ
ਐਲ.ਐਮ. 1495 ਮੋ. 97799 16631

ਪਿੰਡ ਦਾ ਅੱਜ ਗੇੜਾ ਲਾਇਆ।
ਖੇਤਾਂ ਵੱਲ ਜਾ ਕੇ ਆਇਆ।
ਵੱਟਾਂ ਤੇ ਵੇਖੀਆਂ ਜਦ ਮੈਂ।
ਬਾਪੂ ਦੀਆਂ ਪੈੜਾਂ ਸੀ।
ਵੇਖ ਇਹ ਲਗਦਾ ਉਹਨੇ,
ਆਖਰੀ ਗੇੜਾ ਲਾਇਆ।
ਖੇਤਾਂ ਵੱਲ ਜਾਕੇ ਆਇਆ,
ਪਿੰਡ ਦਾ ਮੈਂ ਗੇੜਾ ਲਾਇਆ।
ਕੀਲਿਆਂ ਤੇ ਟੰਗੇ ਵੇਖੇ
ਬਾਪੂ ਦੇ ਹਲ ਪੰਜਾਲੀ।
ਇਕ ਪਾਸੇ ਟਿੰਡਾਂ ਪਈਆਂ,
ਸੀਂਕ ਨੇ ਗਰਦਲ ਖਾ ਲੀ।
ਜਦੋਂ ਇਹ ਵੇਖਿਆ ਸਭ ਕੁਝ,
ਮੈਨੂੰ ਸੀ ਰੋਣਾ ਆਇਆ।
ਖੇਤਾਂ ਵੱਲ ਜਾਕੇ ਆਇਆ,
ਪਿੰਡ ਦਾ ਅਜ ਗੇੜਾ ਲਾਇਆ।

ਸੂਬੇਦਾਰਨੀ

ਸ਼ਿਵ ਕੁਮਾਰ 'ਬਟਾਲਵੀ'

ਲੜ ਲੱਗ ਕੇ ਨੀ ਫ਼ੌਜੀ ਦੇ ਸਹੇਲੀਓ
ਬਣ ਗਈ ਮੈਂ ਸੂਬੇਦਾਰਨੀ
ਸਲੂਟ ਰੰਗਰੂਟ ਮਾਰਦੇ
ਜਦੋਂ ਛੌਣੀਆਂ 'ਚੋਂ ਲੰਘਾਂ ਉਹਦੇ ਨਾਲ ਨੀ।
ਬੈਰਕਾਂ 'ਚ ਧੂੰਮ ਪੈ ਗਈ
ਸੂਬੇਦਾਰ ਨੇ ਜੱਟੀ ਵਿਆਹ ਆਂਦੀ
ਸੱਪਣੀ ਦੀ ਟੋਰ ਟੁਰਦੀ
ਪੈਰੀਂ ਕਾਲੇ ਸਲੀਪਰ ਪਾਂਦੀ
ਪਰੇਟ ਵਾਂਗ ਧਮਕ ਪਵੇ
ਜਦੋਂ ਪੁੱਟਦੀ ਪੰਜੇਬਾਂ ਵਾਲੇ ਪੈਰ ਨੀ !
ਬਣ ਗਈ ਮੈਂ ਸੂਬੇਦਾਰਨੀ ! !
ਹਾਏ ਨੀ ਮੈਂ ਕਿੰਜ ਦੱਸਾਂ
ਉਹਦੀ ਦਿੱਖ ਹੈ ਸੂਰਜਾਂ ਵਾਲੀ
ਗ਼ਸ਼ ਪਵੇ ਮੋਰਾਕੀਣ ਨੂੰ
ਤੱਕ ਵਰਦੀ ਫੀਤੀਆਂ ਵਾਲੀ
ਹਿੱਕ ਉੱਤੇ ਵੇਖ ਤਮਗੇ
ਮੇਰਾ ਕੰਬ ਜਾਵੇ ਮੋਹਰਾਂ ਵਾਲਾ ਹਾਰ ਨੀ !
ਬਣ ਗਈ ਮੈਂ ਸੂਬੇਦਾਰਨੀ ! !
ਨੀ ਰੱਬ ਕੋਲੋਂ ਖ਼ੈਰ ਮੰਗਦੀ
ਨਿੱਤ ਉਹਦੀਆਂ ਮੈਂ ਸੁੱਖਾਂ ਨੀ ਮਨਾਵਾਂ
ਮੇਰੇ ਜਹੀਆਂ ਸੱਤ ਜਨੀਆਂ
ਉਹਦੇ ਰੂਪ ਤੋਂ ਮੈਂ ਘੋਲ-ਘੁਮਾਵਾਂ
ਨੀ ਮੇਰੀ ਉਹਨੂੰ ਉਮਰ ਲੱਗੇ
ਰਾਖਾ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਉਹ ਪਹਿਰੇਦਾਰ ਨੀ।
ਬਣ ਗਈ ਮੈਂ ਸੂਬੇਦਾਰਨੀ।

Kind Attention ! Writers

Members are requested to send an Article of approximately 300 words, on any topic of interest to Senior Citizens, of their own choice. Article to reach by 15th Dec. 2026, to be published in Glorious Years Jan. 2027.

Wg Cdr Baldev Singh
(Editor)



International Group Tours (with Airfare)

Majestic China - 08 Days	₹1,73,990/-	Serenity of Bali - 6 Days	₹83,990/-
Wonderful Vietnam 8 Days	₹1,25,990/-	Scenic Almaty 5 Days	₹96,990/-
Classic Singapore 6 Days	₹1,24,990/-	Majestic Hongkong Macau 6 Days	₹1,28,990/-
Grand Wonders of Japan 10 Days	₹3,69,990/-		

Senior Citizen Special - Domestic Group Tours (With Airfare)

Special Tour

Bhutan - 5 Nights/6 Days (Thimphu, Punakha, Paro) ₹78,990/-	Dharamshala & Anandpur Sahib 3Nights/4Days (by Train) (Dharamshala, Anandpur Sahib, Naina Devi, Jwala Devi, Chintpurni Devi, Brajeshwari Devi, Bhakra Dam) ₹20,990/-	Ladakh - 6 Nights/7 Days (Leh,Nubra,Pangong) ₹49,990/-

North East - 5 Nights/6 Days (Darjeeling, Gangtok)	₹52,990/-	Kashmir 5 Nights/6 Days (Srinagar, Pahalgam, Gulmarg)	₹48,990/-	Nepal - 6 Nights/7 Days (Kathmandu, Pokhara, Chitwan)	₹62,990/-	South India - 6 Nights/7 Days (Bangalore, Mysore, Coorg, Ooty)	₹52,990/-

+91 9240233201
web@zenithholidays.com
www.ZenithHolidays.com

Tour Includes -: Accommodation | Meals | Sightseeing | Transfers | Insurance

T&C Apply*

- Suite 203, 2nd floor, SCO 169-170, Sector 8C, Chandigarh 160009
- SCO 291, Sector 35D, Chandigarh 160035
- 401, 2nd Floor, 483, Karan Chamber, Jawahar Nagar, Jalandhar 144001
- Shop No. 6, Deep Complex, First Floor, Amritsar 143001
- SCO-7, 1st Floor, Mezzanine Floor, Feroze Gandhi Market, Ludhiana 141001
- Shop No. 1, Ghuman Complex, Fawara Chowk, Batala 143505

Scan & Connect

*Note:- GST, TCS, VISA, Flights, ROE (as per Actual at the time of Booking)

✓ $1 Billion Travel Company ✓ 65 Offices in India ✓ 12 Global Branches ✓ 3M+ Happy Customers ✓ Trusted Partner ✓ 24×7 Customer Support

INAUGURATION OF 14TH DR. A S KHEHRA MEMORIAL SPORTS MEET






Table Tennis Winners


Table Tennis Winners

Table Tennis Winners

Croquet Winners

Croquet Winners

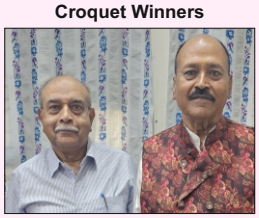
Croquet Winners

Croquet Winners


Tennis Winners

Tennis Winners

Tennis Winners

Card Winners

Card Winners

Card Winners


Card Winners

Chess Winners

Chess Winners

Carrom Winners

Carrom Winners

Carrom Winners

ਦਸੰਬਰ 2026 ਮਹੀਨੇ ਦਾ ਸਵਾਲ

M. S. Rattan LM 1326 M : 88720-84065

A man has to construct a tank of 240 M^3 capacity. He has the following options :

1. Sherical
2. Flat end cylinderical height 3 times the diameter
3. Cube
4. Cuboidal width: length: height in the ratio of 2:3:4
5. Cylinderical with both spherical ends. Cylindrical length tripple the radius.
6. Conical with flat top. Having vertical height 4 times diameter.
7. Right angled pri Prism. Having right angled sides in the ratio of 3:4. Designer has to keep a 10% vapour space in each design when tank is fully filled.

1. Find the ratio to volume : surface area of each.
2. Find the most economical design.

Quiz December 2026

Harjinder Singh LM 1560 M : 98729-99610

1. Who became the first women wrestler to win Gold at world championship?
2. What is the title of recently released autobiography of Sonia Gandhi?
3. Who has taken over as new Air Chief of Indian Air Force?
4. Who is new Deputy Commissioner of Mohali district.
5. Who has played the role of Ravan in recently released movie Ramayan?

Caption Contest December 2026

GPS Sandhu LM 2192 M : 97795-82475



Write a Suitable Caption

(Please note: send only one entry of two lines only)

Riddle December 2026

G. K. Singh LM 987 M 98722 01644

Take me out and scratch my head
I am black but once was red.

Members may send their responses to baldevsinghguraya@gmail.com upto 15th Dec. 2026. Name of winners will be published in the Jan. 2027 issue of The Glorious Years.

Sudoku December 2026

H. B. S. Chopra LM 3, M. 93161-36268

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

How to Play : Fill in the grid so that every horizontal row, every vertical column and every 3x3 box contains the digits 1-9, without repeating the numbers in the same row, column or box. You Can't change the digits already given in the grid.

Solution of Last Month's Sudoku

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

ਪਿਛਲੇ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਸਵਾਲ/ Quiz/ Sudoku/ Riddle/ Caption ਦਾ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ (Sarav Shri)

Quiz

1. Raj Rani Sharma	LM	2407
2. Sucha Singh Buttar	LM	916
3. Bhupinder Singh Cheema	LM	475
4. Avtar Kaur	LM	988
5. Palwant Kaur	LM	1483
6. Dharampal Kanyathi	LM	2102
7. B. S. Jassal	LM	1158
8. Bikramjit Singh Chawla	LM	1845
9. GP Singh Sandhu	LM	2192

Riddle

1. Raj Rani Sharma	LM	2407
2. Sucha Singh Buttar	LM	916
3. Bhupinder Singh Cheema	LM	475
4. Dharampal Kanyathi	LM	2102
5.Gulshan Nayyar	LM	1857
6. Bikramjit Singh Chawla	LM	1845
7. B. S. Jassal	LM	1158
8. GP Singh Sandhu	LM	2192

ਸਵਾਲ

1. Raj Rani Sharma	LM	2407
2. Palwant Kaur	LM	1483
3. Dharampal Kanyathi	LM	2102
4. Bhupinder Singh Cheema	LM	475
5. B. S. Jassal	LM	1158
6. Bikramjit Singh Chawla	LM	1845

Sudoku

1. J. S. Rawal	LM	1716
2. Sucha Singh Buttar	LM	916
3. Bhupinder Singh Cheema	LM	475
4. Palwant Kaur	LM	1483
5. Tarlochan Singh	LM	2433
6. Dharampal Kanyathi	LM	2102
7. Surendra Kaur Gill	LM	1661
8. Tejinder Kaur Cheema	LM	477
9. Bikramjit Singh Chawla	LM	1845
10.Raj Rani Sharma	LM	2407
11.Jasbinder Singh	LM	992
12. B. S. Jassal	LM	1158
13.Gursharan Kaur Baweja	LM	273

Caption Contest November 2026



1. ਮਿੱਠੀਆਂ ਮਿੱਠੀਆਂ ਰੋਟੀਆਂ, ਕਰਾਰੀ ਕਰਾਰੀ ਦਾਲ
   ਦੋਵੇਂ ਭੈਣਾਂ ਖਾ ਲਈਏ, ਆਉ ਬੜਾ ਸਵਾਦ
   ਪਤਵੰਤ ਕੌਰ LM 1483
2. Sharing is Caring
   B. S. Jassal LM 1159
   Dharam Pal Kanyathi LM 2102
3. ਤੂੰ ਵੀ ਖਾਹ ਦੀਦੀ, ਮੈਨੂੰ ਹੀ ਖਵਾਉਂਦੀ ਰਵੇਂਗੀ
   Bikramjit Singh Chawla LM 1845
3. ਐਵੇਂ ਰੂਸਿਆ ਨਾ ਕਰ ਅੜੀਏ, ਤੂੰ ਤਾਂ ਮੇਰੀ ਜਿੰਦ ਜਾਨ ਹੈਂ
   Jarnail Singh LM 1162

Judges : 1. Mrs. Kuljit Kaur LM 1161, 2. Mrs. Damanjit Kaur LM 2100, 3. Mr. G. P. S. Sandhu LM 2192

Answers to November Quiz

1 Maria Corina Machado
2 Salima Tete
3 Abhishek Pathak
4 Gayanesh Kumar
5 Pargat Singh

ਪਿਛਲੇ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਸਵਾਲ ਦਾ ਹੱਲ

Area of plate available = 60sq M
1. When converted into a cube: Let the side of cube = X
Surface area of a cube = 6 X sq M = 60 sq M
Side of cube X= (60/6) square root = 3.16 M
2. When converted into a cuboidal
Let width of cuboidal = X M
Length = 2 X M Height = 1.5 X M
Total surface area = 2[l x b + b x h + l x h]
= 13 X ^ x 2 = 60 sq M
X = square root of 60/13 = 2.148 M
3. When converted to a sphere
Let radius of the sphere = R4 x R
Square x 3.14 = 60 sq M
R = square root of (15/ 3.14) = 2.186 M
4. When converted into a cylinder
Let radius of cylinder = R Length = 2R
Area 2x 3.14 x R sq + 4 x 3.14 x R = 60 sq M
6 x 3.14 x R sq = 60 sq M
R = sq root of (10/3.14) = 1.785M
5. When converted into a cone
Let radius = R M Height = 3 R M
Slant height = sq root of (1+ 3 x 3) x R sq = 3.16 R M
Total surface area (3.14 R sq + 3.14 x R x 3.16 x R) sq M = 60 sq M
R = sq root [60 × (3.14 x 4. 16)] = 2.10 M

Answer to Last Month's Riddle:
Foot Steps

FUNERAL VAN & FREEZER
Gurudwara Sacha Dhan, Phase 3B-1 98159 17044, Guru Teg Bahadur Gurdwara, Phase 9, 98556 11476
Others 99148 55855, 0172-2709252, 2225902, 2752190

Fortis HOSPITAL Mohali

4.5* HOURS | GOLDEN PERIOD OF STROKE TREATMENT

What is your distance to Emergency Stroke Care?



Key Window for :

- ***IV Thrombolysis (clot dissolving treatment) – 4.5 hours***
- ***Mechanical Thrombectomy – upto 24 hours***

- 24x7 Emergency Services
- Neuro Intervention Cath Lab Facilities
- Diagnostic Facilities for Stroke Assessment
- Interventional Neurology & Neuro Surgery Services

BE FAST IDENTIFY STROKE EVERY MINUTE MATTERS

BALANCE
Sudden loss of balance or coordination

EYES
Sudden trouble seeing in one or both eyes

FACE
Face looks uneven or droops on one side

ARMS
Sudden weakness in one arm or leg

SPEECH
Sudden slurred speech or trouble speaking

TIME
Call for help & reach a stroke-ready hospital immediately

*Treatment for each patient varies according to his/her medical condition.
***Source:** https://professional.heart.org/en/science-news/2026-guideline-for-the-early-management-of-patients-with-acute-ischemic-stroke

For more information: **72728 72728** | For Ambulance: **98720 22222**

Fortis Hospital, Sector 62, Sahibzada Ajit Singh Nagar, Mohali, Punjab - 160062

PRIVATE HOSPITAL EMERGENCY NUMBERS

Fortis 4692222, Livasa 5044344, 99888 23456, Max 6652000, Park 85998 44444, Shalby 87250 40394, Sohana 5004617, Alchemist 4500000

2.30 pm 5 Jan. Get-together CC, Phase 7
2.30 pm 29 & 30 Dec. Helpage India LAF Centre, Sec. 68
2.30 pm 26 Dec. Sunset Classic LAF Centre, Sec. 68
10.30 am 20 Dec. Livasa Hospital
10.30 am 19 Dec. To know about your body LAF Centre, Sec. 68
10.30 am 18 Dec. Healthy Lungs Fortis Hospital
3.30 pm 17 Dec. Ch 64 TAMBOLA Govt. Smart School, Ph 10
10.30 am 11 Dec. Cardiac Health in winter Max Hospital
3.30 pm 10 Dec. Ch 64 Get together Govt. Smart School, Ph.10
3.30 pm 9 Dec. Chapter 3 Get together Library, Ph 3B1
8.00 am 8 Dec. Picnic Barota Farm
10.30 am 4 Dec. Hearing Loss Shalby Hospital
4.00 pm 3 Dec. Chapter 68 Get together Library, Sec. 69
3.00 pm 1 Dec. Get-together CC, Phase 7

EVENTS IN THE PIPELINE DECEMBER 2026

Date	Time	Event	Venue	Remarks
1st Dec 2026 First Tuesday	3.00 pm	Members get together, Prize Disribution	Community Centre, Phase 7, Mohali	Recreation, Birthday Cake Cutting, Introduction of new members. Refreshment.
3rd Dec 2026 First Thursday	4.00 pm	CHAPTER 68 Get together	Central Park Library, Sec 69, Mohali Opposite #2546	Sale of Tambola tickets closes at 4.10 pm
4th Dec 2026 First Friday	10.30 am	Hearing Loss and Vertigo in old age	Shalby Hospital, Ph 9 , Mohali	Speaker : Dr Virant Mittal, Director-ENT, Head Nec Surgery
8th Dec 2026 Second Tuesday	8.00 am	Picnic	Barota Farm	See Box at page No. 1
9th Dec 2026 Second Wednesday	3.30 pm	CHAPTER 3 Get together	Library, Rose Garden, Ph 3B1, Mohali	Tambola, Talk by Dr. from Max Hospital
10th Dec 2026 Second Thursday	3.30 pm	CHAPTER 64 Get together	Govt Smart School, Ph 10, Mohali	Sale of Tambola tickets closes at 3.40 pm
11th De.c 2026 Second Friday	10.30 am	Cardac Health in Winter	Third Floor, Cafeteria, New Bloc, Max Hospital, Mohali	Speaer: Dr Anumeet Bagga
17th Dec. 2026 Third Thursday	3.30 am	Chapter - 64, Tambola	Govt. Smart School, Phase 10 Mohali	Sale Tambola tickets closes 3.40 pm Refreshment
18th Dec 2026 Third Friday	10.30 am	Healthy Lungs, Healthy ageing: Prevention, Protection and care	Fortis Hospital Auditorium 3rd Floor	Talk by Dr Zafar Ahmad Iqbal, Director Pumonology
19th Dec 2026 Third Saturday	10.30 am	Talk by : To know about your body	LAF Centre for Senior Citizens, Sec 68, Mohali	Dr. J. S. Ramgariah
20th Dec 2026 Third Sunday	10.30 am	XXXX	Livasa Hospital, Ground Floor, Ortho Elite Area	DrXXX, Consultant Neurosurgery
26th Dec 2026 Last Satuarday	2.30 pm	Bhajan/ Shabad	LAF Centre for Senior Citizens, Sec 68, Mohali	Enquiry: Mr Jarnail Singh M: 9814614656 Mrs Amrit Kaur M: 99140 91209
29th and 30th Dec 2026 Last Tuesday and Wednessday	10.30 am	Helpage India	LAF Centre for Senior Citizens, Sec 68, Mohali	Event by Helpage India
5th Jan 2027 First Tuesday	2.30 pm	Members get together, Tambola, Sale of Tambola tickets closes at 2.40 pm	Community Centre, Phase 7, Mohali	Recreation, Birthday Cake Cutting, Introduction of new members. Refreshment. Topic: Knee Related Problems Dr. Dheeraj Sharma, Sponsored by Research AYU

*** Members whose birthday falls between 4th Nov 2026 and 1st Dec 2026 should report at Reception by 3.00 pm**

REGULAR TRAINING PROGRAMME & MEDICAL SEWA AT LAF CENTRE, SEC. 68, MOHALI

FREQUENCY	TIME	TRAINING/ SEWA	REMARKS
July 2026 to Dec 2026	11 am to 12 noon	SIX MONTHS FREE PUNJABI CLASS	Teacher: Mrs. Amrit Kaur, M: 99140-91209
Starting 1st and 16th Dec, 2026	10 am to 12 noon	Use of Smartphone Basic/ Advance/ Application Course*/ English,Punjabi typing	Duration two weeks.
Dec 2026 to Jan 2027	11 am to 12 noon	Computer Training (2 months) (Basics, Paint, Word & Internet)	Duration two months.

* Enquiry: Sh. Jarnail Singh, M: 98146-14656 LAF I/C Mr. Narinder Singh M. 96461-12718

Medical Sewa	Every Monday	10:00 to 11:00 am	Massage Treatment Consultant	Capt. Harveer Singh Pre-Appointment M. 99147 70002
Medical Sewa	Every Monday	12:00 noon to 2:00 pm	Mental Health Care	Dr. Satinder Notra LM 2009 Pre-Appointment on M. 85728-75466
Medical Sewa	Every Monday	5:00 pm to 6:00 pm	General Medicine	Dr. Kuldip Singh Kang LM 2294 Eye Splt. Dr. Gurinder Kaur Kang LM 2295 Gyne
Medical Sewa	Every Monday	10:00 am to 6:00 pm	Distribution of Medicine	Mr. J. S. Ramgariha M. 94634 10515

Disclaimer

The views expressed here are solely those of the authors in their private capacity and do not in any way represent or reflect the views of the MSCA.

If undelivered
Please return to
or For Circulation
related issues
Contact :
Ravjot Singh
Chief Convener
H. No. 169, Phase-3A,
Mohali -160059
Ph.: 0172-4673904
M. : 98554-43169

Book Post

To

Printed and Published by Brig. J S Jagdev for and on behalf of Mohali Senior Citizens Association, # 372, Sector 71, Mohali M. : 97801-49624.
Printed at Majestic Printing Press, Phase 7, Mohali, Ph. : 4646034 Email : majestic674340@gmail.com