

Retired & Senior Citizens Brotherhood



(an Organisation Of, For and By the Senior Citizens)

Regd. with Registrar of Societies, Govt. of NCT Delhi Reg. No. S/58695/2007)

Off: B-1C/56A, Janakpuri, New Delhi-58 Tel : 011-45573670

Email : rscbrotherhoodnew@gmail.com Web : www.rscb.in

R&SCB's
Thrice in a year
Publication
* April
* August
* December

Heartiest Greetings & Best Wishes for

- ☀ **Christmas Day**
- ☀ **Republic Day**
- ☀ **New Year Day**
- ☀ **Basant Panchami**
- ☀ **Lohri**
- ☀ **Maha Shiv Ratri**
- ☀ **Holi Festival**



R&SCB honoured Golden agers on 1st October 2024 at S.D. Mandir, B-2 Block, Janak Puri, New Delhi

EXPLORE THE WORLD WITH US



FOR ALL YOUR TRAVEL NEEDS:

- Adventures Tours
- Pilgrimage Tours
- Honeymoon Special
- Ladies Special
- Family Trip
- Senior Citizens Group Etc.
- Short Weekend
- Corporate Tours (MICE)



Foxtrav Hospitality Pvt. Ltd.

Unit No. B-1507, Tower NX-BYTE, Plot No.17, Techzone-4, Greater Noida West, U.P.
info@foxtrav.in

T.: 0120-5106787 | M.: 8014014010/20/30

GANGOTRI-YAMUNOTRI TRIP



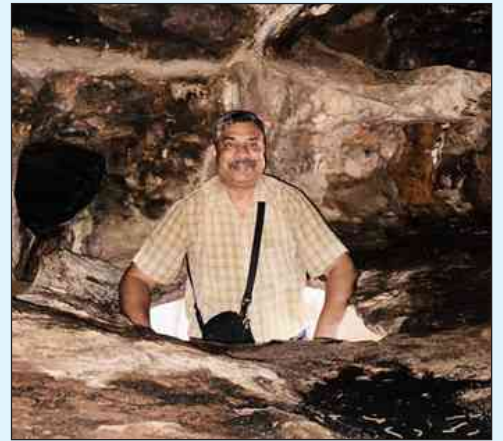
KURUKSHETRA TRIP



MOJOLAND WATER & SNOW PARK



ODISHA TOUR





From GENERAL SECRETARY's DESK

Dear members,

Wish all of our honourable members celebrated Deepawali with great enthusiasm.

As per earlier message published in our last issue, I impress upon members that ours is amongst few organisations, who follow their custom to depute one of our Executives on domestic as well as International tours in addition to Tour Manager being deputed by our travel partner(s); to address and handle not only travel related issues, but also remain prepared to extend timely help to senior citizens during medical emergency. As far as deputation of Group Leader is concerned, necessary amendments have been made to make sure that no additional financial burden is borne by our touring members.

1st October being International Day for Elderly People, was celebrated by the Association on 1st October 2024 at Sanatan Dharam Mandir Hall, B-2 Block, Janakpuri, Delhi. Golden Agers were honoured with Shawls and Garlands. Hot lunch with sweets was served to the participating members. I earnestly acknowledge and thank all the R&SCB Executives for their sincere cooperation in managing the function.

Diwali pooja was performed at our office. Almost all of our Executives attended. They were offered sweets on this occasion.

During the previous quarter, International as well as domestic tours were successfully conducted. A picnic trip to Mojoland Water & Snow Park was organised on 16.09.2024, which was much enjoyed and appreciated by our members. Special arrangements by 2x2 AC coach were made at short notice to organise a trip to Kurukshetra on 16.10.2024. Members had holy dip in Brahmsarovar Kund on 17.10.2024 being first day of Kartik month.

Valuable guidance and suggestions of members are always welcome. Please do contact.

Thanks and regards,

Gulshan Kalia
General Secretary
M-8076388421

FORTHCOMING TOUR PROGRAMMES From December 24 To March 25

FOREIGN TOURS:

1. Vietnam

8D/7N By Air during Feb 2025, 2N Ho-chi-min, 2N Hanoi, 2N Danang, place famous for golden bridge and 1N Hellong Bay cruize. Total cost of the tour is Rs. 1,16,000 pp (TCS included) Advance amount of Rs. 50,000 to be deposited.

2. Baku (Azerbaijan)

5D/4N By Air during February 2025 4N Baku, which includes fire temple & fire mountain, Shahdag, Gobustan, Gabala etc. Total cost of the tour is Rs. 70,000pp (TCS included) Full amount to be deposited.

3. Mauritius(via Mumbai)

6D/5N By Air during March 2025 Includes Water sports, South Island & North Island tours. Total cost of the tour is Rs. 1,41,000 pp (TCS included). Please deposit Rs. 50,000 as an advance.

NOTE- Cost of foreign tour includes TCS of 5% or 20% as the case may be (5% applicable if the foreign tour cost is upto Rs.7L in a FY) plus GST on total cost. No online payment is accepted by us as TCS will be applied by our travel agent. Accordingly, please do not send any direct payment to our account but hand over crossed cheque, with amount & signatures and keep other detail blank. Please do not forget to mention other details, such as name & mobile number, name of tour, PAN number etc. on the back of the cheque.



TCS amount is refundable by IT Authority, wherever applicable, which can be claimed later on submission of individual ITR by the members.

DOMESTIC TOURS

1. Gujarat

9D/8N. By Air. During February 2025, 1N Rajkot, 2N Dwarka, 2N Somnath & Diu, 1N Ahmedabad, 1N Vadodara, 1N Kevadia. Tour includes 2 Jyoyirlings Nageshwar Nath & Somnath, Dwarka dham and Statue of Unity in Kevadia.

Total cost of the tour is Rs. 48,000 pp. Please deposit full amount.

2. Kerala

8D/7N, By Air. During January 2025. 1N Thiruanatapuram, 1N Kanyakumari, 1N Jatayu Earth Centre, 1N Alleppy, 1N Thekdi, 2N Munnar. Tour includes Swami Vivekananda Rock, Padmanabha Swami Temple, Kovalam beach, Alleppy back water boating, Periyar wild life sanctuary, Mattupetty dam, Spice Garden & Cable car for Jatayu Earth Centre.

Total cost of the tour is Rs. 54,000pp. Please deposit full amount.

3. Maharashtra

7D/6N By Air during last week of March 2025 1N Mumbai, 2N Mahabaleshwar, 1N Nasik, 1N Shirdi & 1N Pune. Visit includes Trimbkeshwar and Bhimashankar Jyotirling. Total cost of the tour is Rs. 43,500pp. Please deposit full amount.

SHORT TOURS

1. Udaipur-Mount Abu

4D/3N tour By Air During December 2024. Total cost of the tour is Rs. 35,000pp. Please deposit full amount.

2. Jodhpur-Khimsar-Jaisalmer

4D/3N tour By Air during December 2024. 2N Jodhpur and 1 N Jaisalmer. Total cost of the tour is Rs. 33,200pp. Please deposit full amount.

3. Mathura-Vrindaban

2D/1N. By 2 × 2 AC Bus During March 2025. Total cost of the tour is Rs. 6,500pp. Please deposit full amount.

PICNIC:

1. Surajkund Mela (Faridabad)

Transport charge of Rs. 400 per person will be charged. 1 water bottle and evening tea will be provided. Picnic proposed on 12.02.2025 by 2X2 AC bus. Departure at 8:30 am from R&SCB Office. Only cash payment will be accepted.

2. Rangmanch (Gurugram)

Fun and Food Park @ Rs. 1500 per person includes full day entertainment i.e. rides, swimming pool, rain showers etc. Breakfast, lunch, full day snacks & tea will be provided. Picnic proposed on 19.03.2025 by 2X2 AC bus. Departure at 8:30 A.M. from R&SCB Office. Only cash payment will be accepted.

For tour related queries, please contact Shri Subhash Chander Kathuria @9811163305

FREE LEGAL CONSULTATION

to R&SCB members is provided by

Shri K.C. Arora

Advocate, Delhi High Court

at his residence C-3/140B, Janakpuri, New Delhi
on prior appointment between 6pm. to 7pm.

Mob. 9711166160, 9711166017.



NORTHEAST TOUR

A 36 member team of R&SCB proceeded for Northeast Tour under the leadership of Shri Gagan Sharma from 6th Sep. to 12th Sep. 2024.

On 6th Sep. they took their flight for Bagdogra at 7.30am with their packed breakfast. Comfortable vehicles were waiting for them at the Bagdogra airport, everyone boarded and the convoy left for Gangtok, having lunch on the way. It was somewhat a tiring journey, so it was considered appropriate to rest after freshening up.

The second day was decided for sightseeing in the city. After visiting the flower show, Tashi View Point, Gangtop Ropeway, Handicraft Centre, Bakthang Falls etc. and having lunch, the group returned to the hotel a get-together was arranged in the evening ! Then dinner and early sleep, because had to leave early in the morning.

This day was very special. Everyone was looking forward to visiting the temple of Baba Harbhajan Singh Ji, which is located about 60 kms from Gangtok and at an altitude of 13123 ft near Jelepala and Nathula Pass. It was a supernatural experience ! After seeing the unique beauty of Tshangu Lake on the way back, returned to the hotel, after lunch everyone left for Kalimpong for night stay.

The next day, after visiting the main places of Kalimpong and having lunch, the convoy left for Darjeeling, known as the Queen of the Hills, where the group had to stay in this beautiful place for three days !

The beautiful peak of Kanchenjunga was clearly visible from the hotel rooms in Darjeeling. From there, early in the morning, everyone went to Tiger Hill to see the wonderful sunrise, that amazing view cannot be described. After returning from there and having refreshments, group visited the Himalayan Mountaineering Institute, Zoological Park, Tibetan Refugee Center, History Museum, Peace Pagoda etc., returned to hotel.

Sixth day was also busy in visiting the main places of Darjeeling, Mirik Lake, Toy Train, Tea Gardens, Ropeway etc. The members enjoyed a lot despite being tired. Returned to the hotel in the evening ! Next day was fix for back home.

Bagdogra Airport in Siliguri district of Bengal is about 70 km away from Darjeeling. The group's flight was at 4 pm. So after breakfast in the morning, the entire convoy left for its destination. Everyone had lunch on the way, reached the airport on time, checked into their flights and reached Delhi at around 6 pm and left for their respective homes.

R&SCB thanks all the members for their utmost cooperation during the tour.

ODISHA TOUR

Members of R&SCB visited for 4 Nights/5 Days tour to Odisha under the leadership of Shri Narendra Kumar during 18.09.2024 to 24.09.2024.

Day-1: Members assembled at Delhi IGI Airport (T-2) 02 hours prior to the Departure time to board the flight for Bhubaneswar. Packed Breakfast was provided at the Airport. On arrival transfer to hotel, checked in and had lunch. After Lunch, members proceeded to Nandankanan Zoological Park and returned back to hotel in the evening for Dinner & Overnight Stay.

Day-2: After Breakfast check out from hotel for next journey towards Puri. On the way, visited Khandagiri & Udaygiri jain monuments, Dhauli peace pagoda, Lingaraj temple. Had lunch at some local restaurant and then visited Pipli Village, Sakhigopal temple. Checked in to a hotel at puri. Dinner & overnight stay at Hotel.

Day-3: Early in the Morning at 5A.M. left for Darshan of Bhagwan Sri Jaganath by local Auto



and after come back to the hotel for Breakfast again proceeded for Satapada Chilka Lake for boating. Lunch at a local restaurant, thereafter returned back to puri. On the way had Darshan of Alarnath Temple. Evening enjoyed at Beach. Dinner & overnight stay at hotel.

Day-4: After Breakfast Checked out from hotel and proceeded for Konark Sun Temple, Ramchandi Beach, Chandrabhaga Beach. On the way, Lunch at some local restaurant and then proceeded for Bhubaneswar. Checked in to a hotel, had Dinner & stayed overnight.

Day-5: After Breakfast, members made free for shopping. After lunch, checked out from hotel and proceeded for Local Sightseeing like Rajarani, Mukteswar, Parsurameswar temple, etc. then proceed for Bhubaneswar Airport to board flight for Delhi. Packed Dinner was served at the airport. After collecting luggage, members left for their respective homes with unforgettable memories of the tour.

R&SCB thanks all the touring members for their utmost cooperation during the tour.

AYODHYA TOUR :

RSCB organized two groups of 31 members each under the leadership of Mr. Gagan Sharma and Mr. Pritam Singh for a 3-day Ayodhya tour from 3rd September to 5th September and 10th September to 12th September. The journey was to be done by Vande Bharat Train.

All the members reached their hotel in Ayodhya after a journey of 8 hours from Anand Vihar Railway Station on their respective dates and times. After freshening up and having food, they reached Guptar Ghat where Shri Ram, having finished his leela, took Jal Samadhi and departed for his holy abode ! Everyone visited the temple there and returned to the hotel after attending the night aarti of Saryu ji !

The next day, after refreshments, all the members

took the unprecedented advantage of visiting the newly built, grand, Shri Ram temple and also visited all the other main and famous places of Ayodhya like Ram Janmbhoomi, Hanuman Garhi, Dashrath Mahal, Kanak Bhawan etc. and returned to the hotel. Then after some rest and lunch, again got the opportunity to participate in the main Aarti of Saryu River ! Even heavy rain could not reduce anyone's enthusiasm ! After the Aarti, slept soundly in the hotel remembering this divine experience !

On the third day, after refreshments, the members shared their thoughts about the trip. There was a photo session too. Then after lunch, all of them reached Ayodhya Cantt Station to return home, took the Vande Bharat train and got down at Delhi's Anand Vihar Station at around 11.45pm. and left for their respective homes.

R&SCB thanks all the members for their utmost cooperation during the tour.

KURUKSHETRA TRIP

Members of R&SCB visited for an overnight trip to Kurukshetra under the leadership of Shri Subhash Chander Kathuria during 16.10.2024 to 17.10.2024.

DAY 1: In the morning around 08:30 A.M. members assembled at Janak Puri office to proceed to Kurukshetra by 2x2 AC coach. On the way, had Breakfast at Murthal near Sonapat. On arrival, Checked in to a 4Star hotel, where all had delicious lunch. After lunch, members visited Jyotisar to witness evening Light & Sound Show. Thereafter, returned back to hotel for Dinner and overnight stay.

DAY 2: Members left hotel in early morning to have holy dip at Brahma Sarovar. Thereafter, all had Darshan of Mahadev and Durga Temples. Returned back to hotel for Breakfast & Check out. On the way to Delhi, members visited Kalpana Chawla Memorial Planetarium.



Members returned back with sweet memories of the tour. R&SCB thanks all the touring members for their utmost cooperation during the tour.

MOJOLAND WATER & SNOW PARK

39 Members under the leadership of Shri Gulshan Kaila visited for a Day Picnic to Mojoland Water & Snow Park at Murthal near Sonapat on 15.09.2024. All assembled near R&SCB office in the morning, boarded 2x2 coach and left at 08:30 A.M. They reached at their destination at around 11 A.M. They had their breakfast first and then went for water park rides and rain shower dance, which continued till 1.30 P.M. Thereafter, they had buffet lunch and after some relaxation, had amusement rides and lastly visited Snow Park, where they enjoyed feel of winter in a snow clad area with artificial snowfall. After an evening tea, all boarded the bus for their return journey.

Members returned back with sweet memories of the trip. R&SCB thank all the members for their utmost cooperation during the trip.

GANGOTRI-YAMUNOTRI DHAM YATRA

A group of 22 members of R&SCB visited Gangotri-Yamunotri Dham Yatra under the leadership of Shri M.J. Narula during 07.05.2024 to 12.05.2024.

Journey started by Dehradun Shatabadi and we reached Dehradun by 1.30 P.M. Checked in hotel Clark and had Lunch. In the evening, visited Sehastradhara water falls. All enjoyed there. Night stay and dinner at hotel.

Second day, as per programme, we had to start our journey for Janaki Bai Chatti by bus but local transporter could not provide good bus due to peak season. All the buses of the transporter were running on routes and therefore our problem started. We got our bus at 3.00 P.M. for our next journey: thus our scheduled programme was disturbed.

Third day reached Janaki Bai Chatti and covered 6 Kms trekking route by different means of transport i.e. pony, palki etc. Every member took bath in Tapt Kund and had darshan of Maa Yamuna. At this moment, all grievances and negative thoughts of members vanished. Now we had to reach Utrakashi, which was around 100 Kms from Janaki Bai Chatti. Since the hilly area was to be covered, we had no option but to stay overnight in a hotel on our way to Utrakashi.

Fourth day, we reached direct to Gangotri. Had a holy dip in Bhagirathi, Ganga, worshipped, got blessings and finally reached Utrakashi late night. Stayed in a hotel.

Fifth day, after breakfast proceeded to Haridwar and reached there by evening. Members participated Maa Ganga Arati. Overnight stay in a hotel.

Last day was at leisure. Had holi bath at Har ki Pauri, darshan of Maa Mansa Devi and had some shopping. Returned to New Delhi by Shatabdi. Everyone reached their respective homes with mixed experience and lasting memories of the tour.

Though members were well aware of the difficulties of Do-dham yatra but they were happy when they had darshan of Maa Ganga and Yamuna. All grievances and tiredness washed away. All the members had high 'josh' and they acted as warrior against the adverse conditions of the yatra. I specially thank to ladies group for their bravery and patience. I on behalf of R&SCB, thank all the members for their cooperation during the tour.

GRIEVED

With profound grief, We inform the following

NAME	M. NO.
1. SHRI ASHOK KUMAR DHINGRA	7355
2. SMT. MOHINI JUNEJA	4628
3. SMT. PRABHA AGROYEE	5518



SOUTH INDIA TOUR

A group of 28 members of R&SCB visited South India under the leadership of Shri Praveen Gupta during 12/11/24 to 20/11/2024.

Day 1: Members assembled at Terminal 1 of Indira Gandhi International Airport at 07:00 A.M. to take Indigo flight 6E-385 scheduled for departure at 9:30 AM. Members were served with packed breakfast at the airport and boarded the Delhi - Chennai flight. On reaching Chennai members were transferred to Hotel by 2x2 deluxe bus. After checked in and freshen up, had their lunch in hotel. After lunch members proceeded for sightseeing, visited Sri Parthasarathi temple, Kapaleeshwara temple and Marina beach. Returned back to hotel, had their dinner and overnight stay at hotel.

Day 2 : After breakfast, members checked out from hotel to proceed to Tirupati. On arrival at Tirupati checked into a hotel to freshen up. After lunch moved to Tirumala for Venkateswar Temple darshan. Returned back to hotel for dinner and overnight stay.

Day 3 : After early breakfast, members checked out from hotel to proceed to Vellore. Checked in to a Hotel for lunch. After lunch, members visited famous Sri Lakshmi Narayani Golden Temple, had Group Pooja and then returned back to hotel for dinner and overnight stay.

Day 4 : After breakfast, members checked out from hotel, proceeded to Mahabalipuram and visited famous shore temple, had lunch at local restaurant and then proceeded to Pondicherry. On arrival at Pondicherry members checked into a hotel for freshen up, dinner and overnight stay.

Day 5 : After breakfast at Hotel, members visited Sree Aurobindo Ashram, Manakula Vinayagar temple, Auroville, French Institute and enjoyed boating. After having lunch at a local restaurant, members returned back to hotel. Evening was for leisure and shopping. Members had dinner and overnight stay at hotel.

Day 6 : After breakfast and check out from the hotel, members proceeded to Tricy, visited Srirangam Ranganatha Swami Temple, Samayapuram Mariyamman Temple, had lunch at a local restaurant and later driven to Tanjore. In Tanjore members made a visited Brahadeswara Temple, checked into a hotel for freshen up, dinner and overnight stay.

Day 7 : After breakfast at hotel, members checked out to proceed to Rameshwaram. On arrival, checked in to a hotel, had lunch and after lunch visited Ramanathaswamy temple and Dhanush Khodi. Members enjoyed a lot there under drizzling rain. Returned back to hotel for dinner and overnight stay.

Day 8 : After breakfast, checked out from hotel to proceed to Madurai. On arrival at Madurai, checked into a hotel for freshen up and lunch. After lunch, visited Meenakshi Temple. After darshan, return back to hotel for dinner and overnight stay.

Day 9 : Checked out from the hotel to proceed to Madurai Airport for boarding our flight to Delhi scheduled for departure at 9:20 hours. Packed lunch was provided. On arrival at Delhi, members left for their respective homes with sweet memories of the tour.

R&SCB thank all the members for their utmost cooperation during the tour.

GOLDEN AGE FELICITATION

The following Golden Aged members of R&SCB, those who have completed 80yrs of their life, during 01.10.1943 to 30.09.1944, were honoured on National Senior Citizen Day i.e. on 01.10.2024 :-

NAME	M.NO.
1) Shri Pritam Singh	517
2) Shri K. L. Bhutani	831
3) Shri Desh Bandhu Gupta	953
4) Smt. Usha Taneja	026
5) Shri Gopal Krishan Sethi	1145
6) Smt. Subhash Virmani	1875
7) Smt. Kamlesh Rawal	2075
8) Shri Dinesh Bajaj	2391
9) Shri Avtar Singh Kundra	2593
10) Shri Sham Murti Chopra	2738
11) Shri G. C. Bhalla	2918
12) Shri Vinod Kumar Gujral	2960
13) Shri J. D. Gupta	3504
14) Shri Ramesh Chander Kochar	3716
15) Shri Kailash Chander Gupta	4074
16) Shri Om Prakash Makker	4342
17) Shri Jitender Bajaj	7072
18) Shri Darshan Singh	-----



Facilities extended to Senior Citizens by Indian Railway : Information Document by Railway Board : Facilities Extended to Senior Citizens :

The following facilities have been extended from time to time to Senior citizens:

(i) In the computerized Passenger-Reservation System (PRS) there is a provision to allot lower berths to Senior Citizens, Female passengers of 45 years and above automatically, even if no choice is given, subject to availability of accommodation at the time of booking,

(ii) A combined quota of six to seven lower berths per coach in Sleeper class, four to five lower berths per coach each in Air Conditioned 3 tier (3AC) and three to four lower berths per coach in Air Conditioned 2 tier (2AC) classes (depending on the number of coaches of that class in the train) has been earmarked for senior citizens, female passengers 45 years of age and above and pregnant women.

(iii) Instructions have been issued for earmarking a minimum of 07 seats for senior citizens in 1st & last 2nd class general compartment for entire period of local train services on suburban sections of all Zonal Rlys.

(iv) Instructions already exist for provision of Wheel Chair at stations. The Wheelchairs are provided by Rlys on its own cost and are given to attendants of Persons with disabilities (Divyangjan), Senior Citizens absolutely 'free of cost to escort them from and to the trains. However, whenever attendants are not willing or available, porters (Sahayaks) can be hired on prefixed nominal rate to escort the Persons with disabilities (Divyangjan) etc. Information in this regard is displayed at prominent places in railway station premises, Provision of one wheelchair per

platform and in case of island platforms one wheel chair per two platforms at all major stations.

(v) Yatri Mitra Sewa has been introduced at major railway stations for enabling passengers to book wheel chairs services cum porter services free of cost through NGOs, Charitable trust, PSUs etc. under Corporate Social Responsibility (CSR).

(vi) Provision of Battery Operated Vehicles (BOVs) at some stations for Persons with disabilities (Divyangjan), Senior Citizens, Sick passengers and Pregnant women has been made "free of cost through CSR and commercial publicity route as well as on chargeable basis.

(vii) After departure of the train, if there are vacant lower berths available in the train and if any person with disability booked on the authority of handicapped concession or a senior citizen or a pregnant woman, who has been allotted upper/ middle berth, approaches for allotment of vacant lower berths, the on board Ticket Checking Staff has been authorized to allot the vacant lower berth to them making necessary entries in the chart.

(viii) Separate counters are earmarked at various Passenger Reservation System (PRS) centers for dealing with the reservation requisitions received from ladies, persons with disabilities, Senior Citizens, Ex. MPs, MLAs, accredited journalists and freedom fighters, if the average demand per shift is not less than 120 tickets. In case there is no justification for earmarking of an exclusive counter for any of these categories of persons including ladies, Persons with disabilities or senior citizens, one or two counters depending upon the total demand are earmarked for dealing with the reservation requests for all these categories of persons.

Time limit for advance rail reservation- 17.10.2024

Gol Ministry of Railways-Railway Board No. 2007/TG-1/20/P/ARP/e-file New Delhi, dt 16.10.2024-To, Principal Chief Commercial Manager, All Zonal Rlys Managing Director, CRIS New Delhi.

Sub: Time limit for Advance Reservations.

Ref: Instructions issued vide No. 2007/TG-1/20/P dt 27.02.2015 (Commercial Circular No. 11 of 2015) It has been decided that with effect from 01.11.2024, the existing time limit for advance reservations by trains will be reduced from 120 days to 60 days (excluding the date of journey) as mentioned below:

1. With effect from 1.11.24, the ARP (Advance Reservation Period) will be of 60 days (excluding the day of journey) & bookings will be done accordingly. However, all the bookings done up to 31.10.24 under the ARP of 120 days will remain intact
2. Cancellations of the bookings made beyond the ARP of 60 days will, however, be permitted.
3. There will be no change in the case of certain daytime express trains like Taj Express, Gomti Express, etc., where lower time limits for advance reservations are, at present, in force.
4. There will also be no change in the case of the limit of 365 days for Foreign Tourists Wide publicity through all possible means may be given for the information of the general public.

ANNUAL DAY CELEBRATION

Annual Day function will be celebrated on **8th December 2024 from 11 A.M.** onwards at Sanatan Dharam Mandir, B-2 Block, Janakpuri, New Delhi 110058

Coupons of contribution will be available @ Rs.150 per person from R&SCB office from 02.12.2024 onwards on first come first serve basis, till coupons are available.

LIST OF R&SCB OFFICE HOLIDAYS

1. REPUBLIC DAY (26th JANUARY)
2. HOLI (DHULANDI)
3. RAM NAVAMI
4. INDEPENDENCE DAY (15th AUGUST)
5. RAKSHA BANDHAN
6. GANDHI JAYANTI (2nd OCTOBER)
7. DUSSEHRA
8. DEEPAVALI
9. GURU NANAK JAYANTI

हमारी संस्था

समय के साथ-साथ देश-दुनिया-समाज में भी तरह-तरह के उलट-फेर होते रहते हैं। बदलाव होते रहते हैं! लोगों की सोच बदलती रहती है, समझ बढ़ती है! जागरूक लोगों की समाज के प्रति प्रतिबद्धता सामने आती है! एक-दूसरे के प्रति जिम्मेदारी का एहसास उत्पन्न होता है! इसी सब के तहत किसी संवेदनशील इंसान का ध्यान समाज के कुछ उन बुजुर्गों की तरफ भी गया होगा, जिन्होंने अपने जीवन का सर्वश्रेष्ठ समय अपने घर-परिवार-समाज को दिया होता है, पर अब उम्र के इस पड़ाव पर शारीरिक रूप से सक्षम होते हुए भी मानसिक तौर पर अपने-आपको जीवन की दौड़ में अनुपयोगी मान, अलग-थलग पड़ जाते हैं! शौक होते हुए भी उसे पूरा करने में एक झिझक का अनुभव करते हैं। कहीं आने-जाने में युवाओं के साथ कदम-ताल करते समय पिछड़ने का भय, मन में घर कर जाता है। तेजी से बदलती चीजों, नए-नए उपकरणों के साथ, कुछ-कुछ अपनी घटती शारीरिक क्षमता, उन्हें बाहरी दुनिया के साथ ताल-मेल बैठाने में संकोची बना देती है! ऐसे में वे सिर्फ घर की चारदीवारी में घिर कर रह जाते हैं! जिससे एक प्रेमल, केयरिंग तथा समर्पित परिवार का सदस्य होने के बावजूद, रोज एक ही तरह की दिनचर्या उन्हें कुछ हद तक आलसी, निष्क्रिय, चिड़चिड़ा तथा तनाव ग्रस्त कर एक अलग ही तरह का जीव बना देती है।

समाज के ऐसे बहुत बड़े तबके को जीवन की मुख्य धारा से जोड़ने के लिए देश-दुनिया में तरह-तरह की संस्थाएं आगे आईं। जिनका मुख्य ध्येय और उद्देश्य, बिना किसी लाभार्जन के, समाज के वरिष्ठ,

वयोवृद्ध, बुजुर्ग लोगों के जीवन में पसरते मरुधर को फिर से हरियाली में बदलने, उनको आत्म विश्वासी बनाने, उन की नीरस दिनचर्या को बदलने, उन्हें खुश तथा तनाव मुक्त करने का था। उसी मंत्र को साथ ले, हमारी संस्था अपने अनुभवी, निस्वार्थ, कर्मठ, पदाधिकारियों के मार्ग दर्शन में विगत 18 सालों से निष्ठापूर्वक, वरिष्ठ तथा सेवा निवृत्त लोगों के लिए कार्यरत है। जो उनकी शारीरिक व मानसिक समस्याओं का हल निकालने, पेंशन संबंधित परेशानियों को सुलझाने, बुजुर्गों के प्रति होने वाली ज्यादितियों में मदद तो करती ही है, साथ ही उनके लिए तरह-तरह की देश-विदेश की यात्राओं का भी आयोजन करती है। इस तरह के कई आयोजन पूरी सफलता के साथ संपन्न हो चुके हैं।

ऐसी यात्राओं में सम्मिलित लोगों की आयु, क्षमताओं, आवश्यकताओं को देखते हुए छोटी से छोटी बात को भी पूरी तरह ध्यान में रखकर ही सारे प्रोग्राम की रूपरेखा बनाई जाती है। किसी भी यात्रा की शुरुआत में एक मुश्त खर्च लेकर फिर यात्रा की पूरी अवधि में किसी भी तरह का आर्थिक भार किसी भी सदस्य पर नहीं डाला जाता। हाँ व्यक्तिगत शॉपिंग इसमें शामिल नहीं होती। आज साढ़े सात हजार के ऊपर हमारे संतुष्ट सदस्य हमारे प्रबंधन, कार्यशैली, कार्य कुशलता के गवाह हैं! अपने सदस्यों की संतुष्टि तथा उनका साथ भविष्य में हमें और भी उत्कृष्ट होने में सहायक होगा!

हमारे सभी सदस्य सदा स्वस्थ, प्रसन्न व सुरक्षित रहें, यही हमारी कामना है!

गगन शर्मा

दो उंगलियां बनी जीत का निशान

आजकल एक चलन सा ही बन गया है, जिसे देखो, कोई भी मौका हो, अपने हाथ की, तर्जनी और मध्यमा दो उंगलियां उठाए, पोज बना फोटो खिंचवाने में लगा हुआ है! फिर चाहे मौका जीत की खुशी का हो, चाहे वह कहीं आ-जा रहा हो, चाहे किसी शादी-ब्याह की सामूहिक फोटो हो, चाहे कोई व्यापारिक, शैक्षणिक या राजनैतिक समारोह हो या फिर कैमरे से सेल्फी ही क्यों न ली जा रही हो, बिना इस चिन्ह का अर्थ समझे दो उंगलियां उठाए लोग मिल जाएंगे कहीं भी! इधर कुछ ही वर्षों में इस चिन्ह का हर जगह दिखना-दिखाना आम होता चला गया है।

हमारे यहाँ तो हाथ की उंगलियों से योग की विभिन्न मुद्राएं प्राचीन काल से चलन में हैं ! पर यह अंग्रेजी वर्णमाला के **V** अक्षर को **victory** यानी जीत से जोड़ने वाली मुद्रा कहां से आई? कहते हैं कि ब्रिटिश प्रधानमंत्री विंस्टन चर्चिल वह पहले व्यक्ति हैं, जिन्होंने 1943 में इस **V** चिन्ह का प्रयोग व्यापक रूप से तब किया गया था जब मित्र राष्ट्रों ने द्वितीय विश्वयुद्ध में जीत हासिल की थी। इसे अक्सर 'विजय' के संकेत के रूप में समझा और लिया जाता है।

पर ऐसा भी माना जाता है कि 1943 से भी बहुत पहले इस तरह के **V** साइन का इस्तेमाल 1415 ई. में एगिनकोर्ट की लड़ाई में अंग्रेजी धनुषधारियों द्वारा, पराजित फ्रांसीसी सेना का मजाक उड़ाने के लिए किया गया था। तीर-धनुष के द्वारा दुश्मन पर घातक प्रहार करने के लिए अंग्रेज धनुषधारी इन्हीं दो उंगलियों को काम में लाते थे। उपहास स्वरूप इन्हीं दो उंगलियों को फ्रांसीसी सेना को दिखा, यह जताते थे कि तुम्हें हराने के लिए तो बस इन दो उंगलियों की ही जरूरत है।

वैसे इस चिन्ह का सकारात्मक अर्थ इस बात पर निर्भर करता है कि हाथ किस तरह से रखा गया है यानी उसकी स्थिति क्या है। यदि हाथ की हथेली सामने की तरफ हो तब तो वह सकारात्मकता का संदेश देता है, पर यदि हथेली सामने वाले के विपरीत हो यानी अंदर की तरफ हो तो इसे कई देशों में यथा ऑस्ट्रेलिया, आयरलैंड, न्यूजीलैंड, दक्षिण अफ्रीका, यूनाइटेड किंगडम इत्यादि में अपमान जनक

इशारा माना जाता है। इसलिए किसी भी चीज को अपनाने के पहले उसकी पूरी जानकारी होनी आवश्यक होती है।

चलते-चलते एक बात यहां कहना जरूरी है कि ये अंग्रेज-वंग्रेज या कहिए पूरा पश्चिम ही हमारे सामने किसी बात पर भी कहां टिकते हैं ! इस चिन्ह की ईजाद तो हमने पहली शताब्दी ईसा पूर्व ही कर दी थी ! जब इस अंग्रेजी भाषा का उदय भी नहीं हुआ था ! याद कीजिए कालिदास और विद्योत्तमा का मौन शास्त्रार्थ ! जब जगत में पहली बार कालिदास जी की इन दो उंगलियों की मुद्रा न विजय ही नहीं दो प्रतिद्वंदियों का आपस में विवाह तक करवा दिया था! पर हमने कभी इस बात का प्रचार नहीं किया !

खुश होने दिया चर्चिल को.....!

-गगन शर्मा

सुन्दर विचार

1. स्वाहिशों का मोहल्ला बहुत बड़ा होता है। बेहतर है, हम जरूरतों की गली में मुड़ जाएं।
2. दुनिया के सारे रास्ते सीधे हैं, मुश्किल तो उन्हें होती है, जिनकी चाल ही तिरछी है।
3. झूठ इसलिए जीत जाता है, क्योंकि सच का साथ देने की ओकात सबकी नहीं होती।
4. उन लोगों के साथ रिश्ता रखो, जो आप की गैर मौजूदगी में भी आप के खिलाफ एक शब्द सुन नहीं सकते।
5. वक्त सब कुछ सिखा देता है, दर्द सहना भी और अकेले रहना भी !
6. बिना मुहूर्त के पैदा होकर जिंदगी भर शुभ मुहूर्त के चक्कर में फंसा आदमी एक दिन बिना मुहूर्त के निकल लेता है।
7. रिश्तो का संबंध सिर्फ रक्त से नहीं होता, मुसीबत में हाथ थाम लेने वालों से बड़ा कोई रिश्ता नहीं होता।

संकलन - शारदा अरोरा

बहुत खूबसूरत पंक्तियां जो दिल को छू जाएंगी

मजे में हूँ

घुटने बोलते हैं, लड़खड़ाता हूँ,
छत पर रेलिंग पकड़ कर जाता हूँ।
दाँत कुछ ढीले हो चले
रोटी डुबाकर खाता हूँ।
वो आते नहीं बस फोन पर पूछते हैं कि कैसा हूँ ?
बड़ी सादगी से कहता हूँ
मजे में हूँ मजे में हूँ।

दिखता है सब पर वैसा नहीं दिखता,
लिखता हूँ सब पर वैसा नहीं लिखता।
आसमान और आँखों के बीच
अब कुछ बादल सा है दिखता,
पढ़ता हूँ अखबार पर कुछ याद नहीं रहता,
डॉक्टर के सिवाय किसी और से कुछ नहीं कहता।
पूछते हैं लोग तबियत बड़ी सादगी से कहता हूँ
मजे में हूँ मजे में हूँ।

कभी दो रंगी मोजे जूतों में हो जाते हैं,
कभी बड़े हुएं नाखून चकाचक चश्मे से
किसी महफिल में दिखाई देते हैं।
फिर अचकचाकर उनको छु पाता हूँ,
कभी बीस व तीस का अन्तर सुनाई नहीं देता,
बहुत से काम अब अंदाजे से कर लेता हूँ।
कोई कभी पूछ लेता है
कहाँ हूँ कैसा हूँ, हँसकर कह देता हूँ
मजे में हूँ मजे में हूँ

बीत गया है लंबा सफर पर इंतजार बाकी है,
हासिल करली हैं मंजिलें
पर प्यास अभी बाकी है।
खुद तो दौड़ सकता नहीं
अब अपनों में बाजी लगाता हूँ,
ठहर गयीं हैं यादें पुरानी बातें सुनाता हूँ।

क्या मजा है जिंदगी का
उनके जबाब का इंतजार अभी बाँकी है,
ये दिल है कि मानता ही नहीं
अब भी धड़कता वैसे ही है।
बूढ़ा तो हो चुका है पर मानता नहीं,
शरीर दुखता है पर आँखों की शरारत जारी है।
इस लिये तो बार बार कहता हूँ—
मजे में हूँ मजे में हूँ

—सभी वरिष्ठ नागरिकों को समर्पित

अनमोल वचन

- 1) ईश्वर का स्मरण करने से हमारी शांति व खुशी के खाते में बढ़ोत्तरी होती है, उनके विस्मरण से इस खाते में कटौती हो जाती है।
- 2) सहयोगी होने का अर्थ गुलाम बनना नहीं है। निराशाजनक परिस्थितियों में भी आशा का दामन नहीं छोड़ना चाहिए।
- 3) यदि कोई आप पर हँसता है तो खिन्नना हों क्योंकि कम से कम आप उसे खुशी तो दे ही रहे हैं।
- 4) स्वयं का बचाव करने के लिए कभी भी दूसरों पर दोषारोपण ना करें।
- 5) दूध में मिलकर जल भी दूध बन जाता है, ऐसे ही अच्छे लोगों की संगत से अच्छाई आ जाती है।
- 6) समय सब कुछ बदल देता है, जरूरत सिर्फ सब्र की होती है।
- 7) गंभीरता का गुण धारण करलें तो व्यर्थ के टकराव से बचा जा सकता है।
- 8) समय बीत जाता है, यादें रह जाती हैं निशानी बनकर ! पर रिश्ते हमेशा बने रहते हैं, कभी होठों की मुस्कान बनकर तो कभी आँखों का पानी बनकर।
- 9) परिवार सुन्दर मोतियों से बनी माला है, यदि इस का एक भी मोती निकल जाए तो इसकी सुंदरता खो जाती है।
- 10) धन का दान करना अच्छा है, परंतु पवित्र दानशील आत्मा बनना और भी अधिक अच्छा है। अपनी शक्तियों व गुणों का उपयोग दूसरों की भलाई हेतु करें।
- 11) दुखों से भरी इस दुनिया में वास्तविक संपत्ति धन नहीं सन्तुष्टता है।
- 12) Love Appreciation and Patience are the keys for good Parenting.
- 13) A key opportunity may slip away if you are not proactive enough.

संकलन— हरीश तलवार

मैं और मेरे साथी

सुबह पार्क में अचानक मेरा पांव डगमगा गया,
जब एक मच्छर मेरी आँख से टकरा गया !
तभी एक नौजवान ने मुझको संभाला,
पर साथ ही एक ताना भी दे डाला !

बोला, बाबाजी आप पार्क में घूमने क्यों आते हो,
घर में ही टहल लिया करो, क्यों जोखम उठाते हो !
यह सुन मेरा दिल चीर-चीर हो गया
और उसको जवाब देने को मैं अधीर हो गया !

मैं बोला, शुक्रिया बेटा, जो मुझे गिरने से बचाया,
पर साथ ही दुःख भी हुआ जो तुमने है फर्माया !
आप को यदि हमारा जोश हमारा होश परखना हो तो कभी
हमारी संस्था के दफ्तर का चक्कर लगाना,

देखना वहां हम 60 के नौजवान कैसे हँसते गाते हैं,
ग्रुप में देश-विदेश जा वहां भी तुमके लगाते हैं !
सहारा, सागर, पहाड़ों पर जा मजे में समय बिताते हैं,
मुश्किलों को परे हटा जीवन का आनंद उठाते हैं !

क्या तुमने अपने 24/7 में कुछ खुशियों के पल जुटाए हैं ?
क्या तुमने कभी सिंगापुर, मलेशिया, थाईलैंड की शामों को
समेटा है ? क्या अमेरिका का व्हाइट हाउस, भूटान-नेपाल का
शाही महल या दुबई का बर्जखलीफा देखा है ?

चलो छोड़ो वो तो दूर हैं, क्या तुम अपने देश के स्वर्ग
समान दार्जिलिंग, कश्मीर, मनाली जा पाए हो ?
कभी जरा सा समय निकाल चेन्नई, बेंगलुरु, मुंबई,
कोलकाता, दिल्ली चैन से घूम आए हो? नहीं ना !

बेटा आज पार्क में जरा लड़खड़ाया हूँ,
परदेश-विदेश छान मारा कभी ना तनिक घबराया हूँ !
मैं और मेरे साथी आज भी जोशीले, जिंदादिल, जियाले हैं !
हर मुश्किल पर अपना परचम फहराने वाले हैं !

युवक मेरी बातें सुन सकुचा गया !
शर्मिदा हो माफी मांगी
और मुझे गले लगा वह
गाना याद दिला गया,

जब-जब बहार आई और कलियां मुस्कुराईं,
मुझे अपनी प्यारी संस्था बहुत याद आई, बहुत याद आई....

B.K. BEDI, California

गांव से माँ आई है

अक्सर हम सुनते हैं कि अपनी ही संतानों द्वारा बूढ़े माँ-बाप की बेकद्री, अवहेलना, बेइज्जती की ज्ञाती है ! ऐसी ही बातों को मुद्दा बना कर ज्यादातर कथाएं गढ़ी जाती रही हैं ! हैं, ऐसे न्हायुके लोग, तभी तो देश में वृद्धाश्रमों की तादाद बढ़ती जा रही है ! पर आज की विषम परिस्थितियों में कुछ बच्चे ऐसे भी होते हैं जो चाह कर भी अपने माँ-बाप से अलग रहने को बाधित होते हैं, सिर्फ इसलिए कि उनके माँ-बाप को आज के परिवेश में कोई अस्मुविधा ना हो, कोई कष्ट ना हो, उनसे अलग रहने को मजबूर होते हैं !

गांव से माँ आई है ! गर्मी पूरे यौवन पर है ! गांव शहर में बहुत फर्क है ! पर माँ को यह कहां मालुम है ! माँ तो शहर आई है, अपने बेटे, बहू और पोते-पोतियों के पास, प्यार, ममता, स्नेह की गठरी बांधे ! माँ को सभी बहुत चाहते हैं पर इस चाहत में भी चिंता छिपी है कि कहीं उन्हें किसी चीज से परेशानी ना हो ! खाने-पीने-रहने की कोई कमी नहीं है, दोनों जगह न यहां, न वहां गांव में ! पर जहां गांव में लाख कमियों के बावजूद पानी की कोई कमी नहीं है, वहीं शहर में पानी मिन्नटों के हिसाब से आता है और बूढ़ों के हिसाब से खर्च किया जाता है ! यही बात दोनों जगहों की चिंता का वायस है ! भोजते समय वहां गांव के बेटे-बहू को चिंता थी कि कैसे शहर में माँ तारतम्य बैठा पाएगी ! शहर में बेटा-बहू इसलिए परेशान कि यहां कैसे माँ बिना पानी-बिजली के रह पाएगी ! पर माँ तो आई है प्रेम लुटाने ! उसे नहीं मालुम शहर-गांव का भेद !

पहले ही दिन मां नहाने गयीं ! उनके खुद के और उनके बांके बिहारी के स्नान में ही सारे पानी का काम तमाम हो गया ! बाकी सारे परिवार को गीले कपडे से मुंह-हाथ पोंछ कर रह जाना पडा ! माँ तो गांव से आई है ! जीवन में बहुत से उतार-चढ़ाव देखे हैं पर पानी की तंगी !!! यह कैसी जगह है ! यह कैसा शहर है ! जहां लोगों को पानी जैसी चीज नहीं मिलती ! जब उन्हें बताया गया कि यहां पानी बिकता है तो उनकी आंखें इतनी बड़ी-बड़ी हो गयीं कि उनमें पानी आ गया !

माँ तो गांव से आई हैं उन्हें नहीं मालुम कि अब शहरों में नदी-तालाब नहीं होते जहां इफरात पानी विद्यमान रहता था कभी ! अब तो उसे तरह-तरह से इकट्ठा कर, तरह-तरह का रूप दे तरह-तरह से लोगों से पैसे वसूलने का जरिया बना लिया गया है ! माँ को कहां मालुम कि कुदरत की इस अन्धेरी देन का मनुष्यों ने बेरहमी से दोहन कर इसे अब देशों की आपसी रंजिश तक का वायस बना दिया है ! उसे क्या मालुम कि संसार के वैज्ञानिकों को अब नागरिकों की भूख की नहीं प्यास की चिंता बेचौन किए दे रही है ! मां तो गांव से आई है उसे नहीं पता कि लोग अब इसे ताले-चाबी में महफूज रखने को विवश हो गये हैं !

माँ जहां से आई है जहां अभी भी कुछ हद तक इंसानियत, भाईचारा, सौहार्द बचा हुआ है ! उसे नहीं मालुम कि शहर में लोगों की आंख तक का पानी खत्म हो चुका है इस सूखे ने इंसान के दिलो-दिमाग को इंसानियत, मनुष्यत्व, नैतिकता जैसे सदगुणों से विहीन कर उसे पशुओं के समकक्ष ला खडा कर दिया है !

माँ तो गांव से आई है जहां अपने पराए का भेद नहीं होता ! बडे-बूढ़ों के संरक्षण में लोग अपने बच्चों को महफूज समझते हैं ! पर शहर के विवेकविहीन समाज में कोई कब तथाकथित अपनों की ही वहिशियाना हवस का शिकार हो जाए कोई नहीं जानता !

ऐसा नहीं है कि बेटा-बहू को मां की कमी नहीं खलती, उन्हें उनका आना-रहना अच्छा नहीं लगता ! उन्हें भी मां के सानिध्य की सदा जरूरत रहती है पर वे चाहते हैं कि माँ इस शुष्क, नीरस, प्रदूषित वातावरण से जितनी जल्दी वापस चली जाए उतना ही अच्छा.....!!

गगन शर्मा

मोबिकेट यानी मोबाइल शिष्टाचार

आज मोबाइल शिष्टाचार पर बात करना करना ठीक ऐसा ही है जैसे किसी कॉलेज के छात्र को पांचवीं क्लास का कोर्स समझाया जा रहा हो ! अधिकाँश लोग इन सब बातों को जानते भी हैं, पर फिर भी जाने-अनजाने चूक हो ही जाती है ! आज की दुनिया में यह भले ही एक वरदान है, लेकिन इसका अनुचित प्रयोग कभी-कभी दूसरों की परेशानी का सबब बन जाता है ! खास कर तब, जब यह बिना एहसास दिलाए आपकी लत में बदल चुका हो ! आज खुद को भोजन मिले ना मिले पर इसका रूटेरभरे रहना, इसकी चार्जिंग की ज्यादा चिंता रहती है ! इसलिए यह जरूरी हो गया है कि अभिभावक बचपन से ही अपने बच्चों को मोबिकेट से अवगत कराते रहें..... !

कल मेरे एक मित्र घर आए ! मैं लैप-टॉप पर अपना कुछ काम कर रहा था ! उनके आते ही मैंने उसे बंद कर उनका अभिवादन किया ! अभी आधे मिनट की दुआ-सलाम भी ठीक तरह से नहीं हुई थी कि उनका फोन घनघना उठा और वे उस पर व्यस्त हो गए ! बात खत्म होने के बाद भी वे उसमें निरपेक्ष भाव से अपना सर झुकाए कुछ खोजने की मुद्रा बनाए रहे ! इधर मैं उजबक की तरह उनको ताकता बैठा था ! बीच में एक बार मैंने एक मैग्जीन उठा उसके एक-दो पन्ने पलटे कि श्यामद भाई साहब को मेरी असहजता का कुछ एहसास हो ओर पर वे वैसे ही निर्विकार रूप से अपने प्रिय के साथ मौन भाव से गुप्तगू में व्यस्त बने रहे ! हार कर मैं भी अपने कम्प्यूटर को दोबारा होश में ले आया ! हालांकि मुखातिब उनकी ओर ही रहा ! पर पता नहीं उन्हें क्या लगा या क्या याद आ गया कि वे अचानक उठ कर बोले, अच्छा चला जाए ! मैंने कहा, बस ! बैठो ! बोले, नहीं फिर कभी आऊंगा !

मोबाइल फोन, आज हर आम और खास के लिए यह कितना महत्वपूर्ण बन गया है, इसके बारे में बात करना समय बर्बाद करना है ! आज खुद को भोजन मिले ना मिले पर इसका पेट भरे रहना, इसकी चार्जिंग, जरूरी है ! आज की दुनिया में यह भले ही एक वरदान है, लेकिन इसका अनुचित प्रयोग कभी-कभी दूसरों की परेशानी का सबब बन जाता है ! और खास कर तब, जब यह बिना एहसास दिलाए आपकी लत में बदल चुका हो ! सोचिए आप किसी के घर गए हैं, तो वह अपने दस काम छोड़ आपकी अगवानी करता है और आप हैं कि आपका फोन आपको छोड़ ही नहीं रहा ! मान लीजिए इसका उल्टा हो जाए, आप किसी के यहां जाएं और वह अपने फोन पर व्यस्त रहे, तो.. !

घर के अलावा आज तो यह हालत है कि कुछ लोग ऑफिस पहुँच कर भी अपने फोन से बाहर नहीं निकल पाते ! मिटिंग हो, सामने क्लाइंट हो, जरूरी कागजात देखे-परखे जाने हों, जरूरी काम समय सीमा में निपटना हो, इनका फोन बीच में गुर्राने लगता है और ये सब कुछ छोड़ उसमें घुस जाते हैं बिना चिंता किए कि सामने वाले का समय बर्बाद हो रहा है ! बहुत जरूरी सूचना हो तो भी अलग बात है, बेकार के मीम या क्लिप को भी बिना पूरा हुआ नहीं छोड़ते ! मैंने तो ऐसे-ऐसे शरक्स भी देखे हैं जो अपनई इन समय खाऊ बकवासों को अपने काम के लिए बैठे व्यक्ति को भी दिखाने से बाज नहीं आते ! कई तो अपना काम छोड़ फोन उठा बहार की तरफ

चल देते हैं, चहलकदमी करते हुए, मोबाईल जो ठहरा ! इस लत के तहत, अनजाने ही सही, यदि किसी के साथ बात करते या सामने बैठे हुए आप अपने फोन पर अन्वेषण करते हैं तो सामने वाला अपने को उपेक्षित समझ, भले ही मुंह से कुछ न बोले, बुरा जरूर मान बैठता है भले ही अपनी जरूरत के लिए दांत निपोरता रहे !

जानकारों ने, मनोवैज्ञानिकों ने, इस लत के लिए कुछ सुझाव दिए हैं ! उन पर अमल करना तो हमारा काम है, जिससे फिजूल की परिस्थितियां या माहौल पनपने ना पाएं ! इन सुझावों पर बात करना फिलहाल ऐसा ही है जैसे किसी कॉलेज के छात्र को पांचवीं क्लास का कोर्स समझाया जाए ! पर यह जरूरी भी है कि अभिभावक शुरू से ही अपने बच्चों को मोबिकेट की जानकारी से अवगत कराते रहें !

सबसे पहले तो फोन आने या करने पर अपना स्पष्ट परिचय दें ! पहचान कौन या अच्छा ! अब हम कौन हो गए जैसे वाक्यों से सामने वाले के धैर्य की परीक्षा ना लें ! हो सकता है कि आपने जिसे फोन किया हो उसके बजाए सामने कोई और हो, जो आपकी आवाज ना पहचानता हो ! फोन करते समय सामने वाले का गर्मजोशी और खुशदिली से अभिवादन करें ! आपका लहजा ही आपकी छवि घडता है ! स्पष्ट, संक्षिप्त और सामने वाले की व्यस्तता को देख बात करें ! बात करते समय किसी का भी तेज बोलना या चिल्लाना अच्छा नहीं माना जाता, फिर भले ही वह आपका लहजा हो या फिर फोन की रिंग-टोन ! हमेशा विनम्र रहें और अभद्र भाषा के प्रयोग तथा किसी को कभी भी फोन करने से बचें ! गलती से गलत नंबर लग जाए तो क्षमा जरूर मांगें !

जब भी आपसे कोई आमने-सामने बात कर रहा हो तो मोबाईल पर बेहद जरूरी कॉल को छोड़ ना ज्यादा बात करें नाहीं स्क्रॉल करें ! वहीं ड्राइविंग के वक्त, खाने की टेबल पर, बिस्तर या टॉयलेट में तो खासतौर पर मोबाइल न ले जाएं ! इसके अलावा अपने कार्यस्थल या किसी मीटिंग के दौरान फोन साइलेंट या वाइब्रेशन पर रखें और मैसेज भी न करें ! कुछ खास जगहों या अवसरों, जैसे धार्मिक स्थलों, बैठकों, अस्पतालों, सिनेमाघरों, पुस्तकालयों, अन्त्येष्टि इत्यादि पर बेहतर है कि फोन बंद ही रखा जाए !

इन सब के अलावा कुछ बातें और भी ध्यान देने लायक हैं ! कईयों की आदत होती है दूसरों के फोन में ताक-झांक करने की जो कतई उचित नहीं है नाहीं बिना किसी की इजाजत उसका फोन देखने लगे बिना वजह कोई भी एसएमएस दूसरों को फारवर्ड ना करें, जरूरी नहीं कि जो चीज आपको अच्छी लगे वह दूसरों को भी भाए ! आजकल मोबाइल में कैमरा, रिकॉर्डर और ऐसी अनेक सुविधाएं होती हैं ! इन सुविधाओं का बेजा इस्तेमाल न कर जरूरत के वक्त ही इस्तेमाल करें !

आज ध्यान में रखने की बात यह है कि यदि आधुनिक यंत्रों का आविष्कार यदि हमें तरह-तरह की सुख-सुविधा प्रदान कर रहा है, तो हमारा भी फर्ज बनता है कि हमारी सहूलियतें दूसरों की मुसीबत या असुविधा ना बन जाएं !

- ग.श.

MEMBERS PLUS SPOUSES

WHO JOINED R&SCB FROM 08-07-2024 TO 26-11-2024

Mem No.	NAME	DOB	ADDRESS
7423	SMT. KRISHNA DEVI	02.06.1957	RZA-1, NANDA BLOCK, MAHAVIR ENCLAVE, PALAM, NEW DELHI - 110045
7424	SMT. KAUSHALYA DEVI	01.01.1962	H-4/112B, MAHAVIR ENCLAVE, BENGALI COLONEY, NEW DELHI - 110045
7425	SMT. VIMAL	25.10.1961	B-304, HUDA CGHS APT., SEC. 56, GURUGRAM, HARYANA - 122011
	SH. VIJAY KUMAR TANEJA	14.08.1955	*****
7426	SMT. ASHA RANI KATHURIA	01.01.1963	73/176, RAJOURI GARDEN, TAGORE GARDEN, NEW DELHI - 110027
	SH. KRISHAN LAL KATHURIA	04.01.1957	*****
7427	SH. PARMA NAND	10.06.1952	1, PRIYADARSHNI, A-4, PASCHIM VIHAR, NEW DELHI - 110063
	SMT. PUSHPA SINGHAL	01.05.1956	*****
7428	SH. DHARMPAL	29.02.1960	G-2/12-13, SECTOR 16, ROHINI, DELHI - 110089
	SMT. ANJU PAL	13.10.1964	*****
7429	SH. DEVENDRA KUMAR CHOPRA	04.01.1956	AD-24, TAGORE GARDEN, NEW DELHI - 110027
	SMT. VARSHA CHOPRA	05.09.1962	*****
7430	SH. BAL KRISHAN KABRA	21.05.1954	B-169, NARAINA VIHAR, NEW DELHI - 110028
	SMT. UMA SHREE KABRA	25.10.1959	*****
7431	SH. PANKAJ PANT	14.12.1957	182, AGROHA KUNJ, SEC. 13, ROHINI, DELHI - 110085
	SMT. MEENA PANT	10.04.1960	*****
7432	SMT. INDU LEKHA REHAN	17.05.1952	G-186, PREET VIHAR, DELHI - 110092
7433	SH. HARBIR SINGH RAJORA	02.01.1959	WZ-626, RAJ NAGAR, PART 1, PALAM COLONY, NEW DELHI - 110045
	SMT. GAJENDRI RAJORA	02.01.1960	*****
7434	SMT. DR. MEENA DANG	13.09.1962	B-423, PANCHVATI, VIKAS PURI, NEW DELHI - 110018
7435	SMT. BIMLA SHARMA	16.05.1948	A-102, HUMSAB APT., PLOT NO. 14, SEC. - 4, DWARKA, NEW DELHI- 110078
7436	SH. SATYA PRIYA SHARMA	15.12.1960	A-3/215, JANAK PURI, NEW DELHI - 110058
	SMT. SHRUTI SHARMA	09.06.1962	*****
7437	SMT. NEELAM TALWAR	26.02.1951	A-178, LAJPAT NAGAR, NEW DELHI - 110024
7438	SMT. MADHU DIWAN	26.01.1962	C-84, LAJPAT NAGAR, NEW DELHI - 110024
7439	SH. JAGDISH CHANDER	27.11.1960	1402, LORDS APT., PLOT NO.7, SECTOR 19B, DWARKA, N. D. - 110075
	SMT. SWADESH VYAS	24.07.1962	*****
7440	SH. VIMAL KUMAR	05.03.1964	4803, LORDS APT., SECTOR 19B, DWARKA, NEW DELHI - 110075
	SMT. ALKA GUPTA	30.04.1963	*****
7441	SMT. SUSHMA SIKKA	01.12.1961	3066/8, GALI NO.10, RANJIT NAGAR, SOUTH PATEL NAGAR, N.D. - 110008
7442	SH. ATISH PATHAK	01.08.1952	A-402, HIMACHALI, CGHS LTD., P. NO. 8, SECTOR 3, DWARKA, N.D. 110078
	SMT. NEELAM PATHAK	23.07.1953	*****
7443	SH. SUNIL KUMAR GUPTA	25.01.1958	J-43A, ARYA SAMAJ RD. UTTAM NAGAR, NEW DELHI - 110059
	SMT. ANJU GUPTA	10.07.1959	*****
7444	SH. SUNIL KUMAR SHARMA	21.04.1963	Q-105, ANUPAM APT., 4-CBD, EAST ARJUN NAGAR, SHAHDARA, DELHI-32
	SMT. SUDHA SHARMA	15.09.1965	*****
7445	SH. SATISH KUMAR	13.06.1962	64, MILANSAR APT., PASCHIM VIHAR, NEW DELHI - 110063
	SMT. ANURADHA SHARMA	05.11.1064	*****
7446	SH. ANIL SHARMA	09.01.1961	P-404, ANUPAM APT., EAST ARJUN NAGAR, KARKARDOOMA, DELHI-32
7447	SMT. KAMLESH ARORA	01.12.1956	C-2/4, JEEVAN JYOTI APPT., PITAM PURA, NEW DELHI - 110034
7448	SH. ASHOK KUMAR	15.04.1961	6/155, MEDIA ENCLAVE, SECTOR-6, VAISHALI, GHAZIABAD, U.P. - 201010
	SMT. GEETA SHARMA	04.01.1966	*****
7449	SH. ASHOK KUMAR SACHDEV	13.01.1960	B-1/558, JANAKPURI, NEW DELHI - 110058
	SMT. AUPAM SACHDEV	28.09.1963	*****
7450	SH. SHAIKENDRA KUMAR	21.01.1963	A-104, RUDRA APT., PLOT-12, SEC. -6, DWARKA, NEW DELHI - 110075
	SMT. REETA RANI	08.07.1969	*****
7451	SMT. KAMAL RANI	23.10.1959	6/237, GEETA COLONEY, DELHI - 110031
7452	SH. K.K. KOHLI	03.12.1948	31 A, BLOCK AE, RAMESH NAGAR, NEW DELHI - 110015
	SMT. SUNITA KOHLI	28.10.1957	*****
7453	SH. RAMESH CHAND JAIN	20.10.1953	A-233, VIKASPURI, NEW DELHI - 110018

MEMBERS PLUS SPOUSES

WHO JOINED R&SCB FROM 08-07-2024 TO 26-11-2024

Mem No.	NAME	DOB	ADDRESS
7454	SH. PRADEEP KUMAR BHAMBHANI	13.10.1955	B-152, RAMESH NAGAR, NEW DELHI - 110015
	SMT. JAYA BHAMBHANI	06.08.1958	*****
7455	SH. GOPI CHAND DUSEJA	06.11.1962	C-8/133B, KESHAV PURAM, NEW DELHI - 110035
	SMT. ANITA DUSEJA	13.07.1968	*****
7456	SMT. ASHA KAKKAR	19.09.1959	M-25, GREATER KAILASH 2, NEW DELHI - 110048
7457	SH. ANIL GUPTA	25.05.1956	C-4/F-98, JANAKPURI, NEW DELHI - 110058
	SMT. SARITA GUPTA	01.03.1959	*****
7458	SMT. SHASHI KHURANA	09.01.1956	WZ-94, SCHOOL ROAD, UTTAM NAGAR, NEW DELHI - 110059
7459	SH. RAMESH CHANDER	05.11.1948	A-259, CLOCK TOWER, HARI NAGAR, NEW DELHI - 110064
7460	SH. BIJENDER KUMAR GUPTA	06.10.1958	36, RISHI APT., SEC. 9, ROHINI, NEW DELHI - 110085
	SMT. ANITA GUPTA	07.09.1959	*****
7461	SH. SUDHIR KUMAR GARG	17.06.1960	98, RISHI APT., SEC. 9, ROHINI, NEW DELHI - 110085
	SMT. SADHNA GARG	30.08.1963	*****
7462	SH. JOGINDER PAL DUA	12.12.1955	GH-14/1073, PASCHIM VIHAR, NEW DELHI - 110087
7463	SMT. MINI CHAWLA	08.08.1964	C-6B/45, JANAK PURI, NEW DELHI - 110058
7464	SMT. KANAK MITAL	30.01.1950	1005, NANDA TOWER, KAUSHAMBI, GHAZIABAD - 201010
7465	SMT. USHA AGGARWAL	18.09.1943	WZ-75, GALI NO. 4, SHIV NAGAR, NEW DELHI - 110058
7466	SH. RAM KUMAR	25.12.1954	WZ-1661, NANGAL RAYA, NEW DELHI - 110046
	SMT. SUMITRA GUPTA	25.08.1955	*****
7467	SH. UMA SHANKAR GOEL	07.12.1959	D-2/27, JANAKPURI, NEW DELHI - 110058
	SMT. SAVITA GOEL	10.08.1960	*****
7468	SMT. SUBHISHTA KUMARI	08.08.1960	N-207, SEC. 25, JALVAYUVIHAR, NOIDA -201301
7469	SMT. ANITA SINGH	31.07.1959	A-122/3, KENDRIYA VIHAR 2, SEC. 82, NOIDA, U.P. - 201304
7470	SMT. SUDESH BADYAL	23.08.1957	E-25, MOTI NAGAR, NEW DELHI - 110015
7471	SH. RAVI KRISHAN KOHLI	30.10.1963	WZ-60, JANAK PARK, HARINAGAR, LANE NO. 5, NEW DELHI - 110064
	SMT. ANITA KOHLI	19.03.1970	*****
7472	SH. NAND KISHORE KALRA	16.12.1958	C/O. GANGA RAM KALRA, HARIDWAR RD., RISHIKESH, DEHRADUN - 249201
	SMT. PRABHA KALRA	29.08.1961	*****
7473	SH. KULDEEP SINGH	09.03.1958	CC-39F, HARI NAGAR, NEW DELHI - 110064
	SMT. RAJINDER KAUR	10.07.1961	*****
7474	SMT. MEENA PANDEY	03.10.1951	103, DDA, RPS, FLAT, SHEIKH SARAI, PH. 1, NEW DELHI - 110017
	SH. VIPIN CHANDRA PANDEY	07.07.1947	*****
7475	SH. DEV KUMAR KHANNA	17.12.1950	352, JAWAHAR L. APT., SEC. 5, PLOT NO. 9, DWARKA, NEW DELHI - 110075
7476	SH. VIJAY KUMAR SHARMA	31.07.1952	148-B, VAISHALI COL., GALI NO. 4, DABRI PALAM RD., NEW DELHI - 110045
	SMT. SHASHI SHARMA	24.03.1956	*****
7477	SH. PAWAN KUMAR SOOD	11.12.1962	CD/54E, HARI NAGAR, NEW DELHI - 110064
	SMT. DEEPIKA SOOD	02.07.1964	*****
7478	SH. RAM AVTAR SHARMA	04.07.1952	B-155, SURYA NAGAR, GHAZIABAD, U.P. - 201011
	SMT. SHANNO DEVI	10.12.1955	*****
7479	SH. PRADEEP AGGARWAL	01.01.1965	C-145, DASHRATH PURI, GALI NO. 6, NEW DELHI -110045
	SMT. POOJA AGGARWAL	03.03.1969	*****
7480	SH. AMAR SINGH AHLUWALIA	01.11.1956	56-B, BLOCK CC, SHALIMAR BAGH, NEW DELHI - 110088
	SMT. PURNIMA RANI	09.06.1960	*****
7481	SMT. AMITA BHARDWAJ	30.06.1963	B-802, BRINDAWAN GARDEN APT, SEC. 12, DWARKA, N. D.-110075
	SH. NARESH BHARDWAJ	22.11.1957	*****
7482	SH. JAGDISH CHANDER BATRA	05.02.1953	3/502, KIRTI APT, MAYUR VIHAR 1 EXT., NEW DELHI - 110091
	SMT. KANTA DEVI	04.04.1954	*****
7483	SMT. MAMTA SAREEN	27.10.1961	C-41, SHAKTI NAGAR EXT., NEAR LAXMI BAI COLLEGE, NEW DELHI - 110052
7484	SH. VIPIN GUPTA	28.10.1961	B-19, SHAKTI NAGAR EXT., ASHOK VIHAR PHASE-3, NEW DELHI - 110052
	SMT. RAMA GUPTA	03.04.1963	*****

MEMBERS PLUS SPOUSES

WHO JOINED R&SCB FROM 08-07-2024 TO 26-11-2024

Mem No.	NAME	DOB	ADDRESS
7485	SH. RAM PAUL SHARMA	10.02.1966	295, MILANSAR APT., PASCHIM VIHAR, NEW DELHI - 110063
	SMT. USHA SHARMA	16.04.1964	*****
7486	SH. LAXMI KANT AGARWAL	25.11.1949	GH-13/167, PASCHIM VIHAR, NEW DELHI - 110087
7487	SH. SUNIL CHOPRA	24.04.1954	BG-5A/49C, PASCHIM VIHAR, NEW DELHI - 110063
	SMT. RANJANA CHOPRA	02.09.1960	*****
7488	SH. MUKESH KUMAR MITTAL	16.08.1983	C-2/212, JANAK PUR, NEW DELHI - NEW DELHI - 110058
7489	SMT. SUNITA ARORA	12.09.1940	701, DIVYA APT., GX-7, SEC.56, SUSHANT LOK 2, GURUGRAM - 122011
7490	SMT. PARMINDER KAUR	07.08.1956	B-18, SUBHADRA COLONY, SARAI ROHILLA, NEAR SHASTRI NAGAR, DELHI-35
7491	SH. NIMBA BHILA BHOI	01.06.1963	F-11B, HARI KUNJ APPART., HARI NAGAR, NEW DELHI- 110064
	SMT. SUNANDA BHOI	13.07.1974	*****
7492	SMT. NIRMALA GUPTA	23.05.1960	C-2/221, JANAK PURI, NEW DELHI - 110058
7493	SH. VINOD MINOCHA	18.08.1958	CGB-254, CAPITAL GREEN, MOTI NAGAR, NEW DELHI - 110015
	SMT. SUMAN MINOCHA	10.08.1965	*****
7494	SH. RAJINDER KUMAR MAHANI	14.07.1961	B-8, GURU NANAK APT., WEST ENCLAVE, PITAMPURA, N.D. - 110034
	SMT. RENUKA MAHANI	25.04.1964	*****
7495	SH. VEER PAL SINGH	13.11.1956	F-721, RAJ NAGAR -2, SEC. 8, DWARKA, NEW DELHI - 110077
7496	SMT. ARUNA GUPTA	15.08.1958	B-9, SHAKTI NAGAR EXT., ASHOK VIHAR 3, DELHI - 110052
	SH. SHIVE CHARAN GUPTA	01.04.1954	*****
7497	SH. RAJ KUMAR MALHOTRA	17.09.1961	14, PARMARTH APT., D BLOCK, VIKASPURI, NEW DELHI - 110018
7498	SH. PARVINDER KAPOOR	22.06.1954	B-1, 247, JANAK PURI, NEW DELHI - 110058
	SMT. NEENA KAPOOR	21.01.1962	*****
7499	SH. DES RAJ SINGLA	15.08.1947	A-3/139, PASCHIM VIHAR, NEW DELHI - 110063
7500	SMT. VEENA ARORA	06.06.1953	C-291, SHEIKH SARAI-1, NEW DELHI - 110017
	SH. MADHUSUDAN	19.07.1950	*****
7501	SH. BHARAT BHUSHAN SHARMA	20.12.1961	A-2/37, ANURADHA APT., PASCHIM VIHAR, NEW DELHI - 110063
	SMT. YATI SHARMA	28.11.1962	*****
7502	SMT. JASVINDER KAUR	16.08.1965	B-51, SUBHADRA COLONEY, SARAI ROHILLA, NEW DELHI - 110035
7503	SMT. RAJNI GUPTA	04.06.1963	C-72, SHAKTI NAGAR EXTN., DELHI - 110052
7504	SMT. VEENA RUSTAGI	02.09.1961	C-94, SHAKTI NAGAR EXTN., DELHI - 110052
	SHRI. VIJAY RUSTAGI	02.06.1960	*****
7505	SMT. SHEELA AGGARWAL	12.10.1962	C-77, SHAKTI NAGAR EXTN., DELHI - 110052
	SHRI PARDEEP KUMAR AGGARWAL	19.01.1960	*****
7506	SHRI RAJEEV KUMAR GUPTA	08.06.1955	C-72, SHAKTI NAGAR EXTN., DELHI - 110052
	SMT. NEELAM GUPTA	27.12.1957	*****
7507	SHRI MOHAN LAL	27.09.1954	C-12, SHAKTI NAGAR EXTN., DELHI - 110052
	SMT. PAMMY AGGARWAL	27.09.1958	*****
7508	SHRI RAKESH KUMAR GUPTA	30.11.1959	B-7, SHAKTI NAGAR EXTN., DELHI - 110052
	SMT. ANITA GUPTA	03.06.1966	*****
7509	SHRI KAILASH AGGARWAL	18.05.1965	7, GOVIND KUNJ, HAIDER PUR, DELHI - 110088
	SMT. NISHA AGGARWAL	10.10.1968	*****
7510	SMT. MEENA NIGAM	09.11.1956	A-704, BEST PARADISE SOCIETY. PLOT NO.4, SEC.19, DWARKA, N.D.-1100785
	SHRI. A. N. NIGAM	18.05.1953	*****
7511	DR. RAKESH SEHGAL	07.10.1961	C-1/154, JANAK PURI, NEW DELHI - 110058
	DR. USHMA SEHGAL	05.02.1965	*****
7512	SMT. ARVINDER KAUR	11.11.1964	J-10, SAKET, NEW DELHI - 110017
7513	SHRI. VIPAN CHARNALIA	18.07.1952	J-5/23, RAJOURI GARDEN, NEW DELHI -110027
	SMT. ABHA CHARNALIA	01.08.1954	*****
7514	SHRI VIJAY KUMAR SATIJA	20.08.1957	C-9, HARI NAGAR CLOCK TOWER, NEW DELHI - 110064
	SMT. SUNITA SATIJA	01.06.1962	*****

AYODHYA TOUR 1



AYODHYA TOUR 2



GANGTOK TOUR



SOUTH INDIA TOUR



Traveexcel
Hospitality Pvt. Ltd.

Travel Kar Befikar



Exclusive Destinations For Our

Senior Citizens



SENIOR CITIZEN GROUP TOURS, LADIES GROUP TOURS, FAMILY TOURS, CUSTOMIZED TOURS, HONEYMOON PACKAGES, DOMESTIC INTERNATIONAL HOTELS AND FLIGHTS BOOKING, VISA SERVICES, TRAVEL INSURANCE

For Booking & Reservation Please Contact

Chandni Sachdeva: 9582772705 | Tarun Gera: 9953488152

**Suite No: 304, Pankaj Tower 1, G Block,
Community Centre Vikas Puri near Pvr Cinema**

**Email: traveexcelhospitality1@gmail.com
Website: www.travelkarbefikar.com**

+91-8100667733

Toll Free 1800 11 2277



FOREIGN EXCHANGE

SENIOR CITIZEN PACKAGE

HOTEL

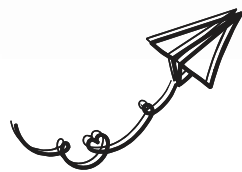
FAMILY PACKAGE

CONFERENCE

CORPORATE TOURS

EVENTS

VISA



+91-8100667733

Mobile: 8506 809 993 | Toll Free: 1800 11 2277

AHMEDABAD • BANGALORE • BHOPAL • CHENNAI • COCHIN • HYDERABAD • KOLKATA • MUMBAI • NEW DELHI • PATNA PUNE RANCHI • VADODARA • VIZAG • BANGALADESH • DUBAI • EUROPE • INDONESIA • JAPAN • SINGAPORE • THAILAND

36 BRANCHES IN INDIA

1000+ TEAM MEMBERS

100 + HOTEL FRANCHISEE

12 INTERNATIONAL BRANCHES