



Committed to serve

Link Age

(R.O.) New No.90, Rama Naicken Street, Nungambakkam, Chennai 600 034.

A Monthly Journal for Service and Advocacy
to all Age Groups, by Senior Citizens Bureau



Bestow unconditional love

VOLUME : 11

SEPTEMBER : 2014

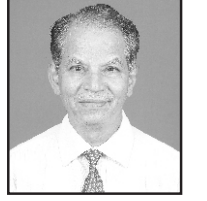
ISSUE : 3

From the Editor cum Chairman

இந்தப் பயத்திற்கு விடிவு காலம் எப்போது?

இப்படி எல்லாம் நடக்கிறதே! இன்னும் எப்படி எல்லாம் நடக்குமோ! என்ற அச்சத்தில் உறைந்த போயி இருக்கிறார்கள் தாத்தா பாட்டிகள். நூதன முறையில் வழிப்புறி, திருட்டு, கொலை, கொள்ளை ! காவல் நிலையத்திற்கு அருகாமை, மக்கள் நடமாட்டம் அதிகமுள்ள பகுதி என்ற பாகுபாடே கிடையாது, சமூக விரோதிகளுக்கு. எல்லாமே சர்வ சாதாரணம். அகப்பட்டால் பார்த்துக் கொள்ளலாம், தப்பிப்பதற்கு எத்தனையோ வழிமுறைகள் என்ற அவர்களது போக்கையும் பார்க்கிறோம். கொலைகாரர்கள் பெரும்பாலும் உறவினர்களே. வாடகை விசாரிக்கவும், பழுது பார்க்கவும், சோதனை போடவும், போலியாக வரும், கொள்ளையர்கள் ஒரு பக்கம். மற்றொரு பக்கத்தில் நகை வழியில் பறிபோகாமல் இருக்கவும் அல்லது மறைத்து வைத்து அதிகாரிகளிடம் உதவி பெறவும் அணுகலம் செய்வதாக நாடகமாடி கற்களை பொட்டலமாகத் திரும்பக் கொடுக்கும் மிடுக்கான திருடர்கள். இவர்களெல்லாம் உற்றுக் கவனித்து பழக்கம் பிடித்த ஆசாமிகள் தான். இதுபோக சொத்துக்காக மோசம் செய்யும் பிள்ளைகள், வேலை செய்யும் உதவியாளர்களின் அநியாயங்கள் என்று பட்டியல் நீண்டு கொண்டு போவதையும் பார்க்கிறோம். இவர்கள் யார்? இந்த

சமுதாயத்தில் உள்ள நமது வீட்டுப் பிள்ளைகள் அல்லவா? அப்படியென்றால் அவர்களைப் பெற்று வளர்த்த பெற்றோர்கள் பாடம் சொல்லிக் கொடுத்த கல்விக் கூடங்கள் சூழ்நிலைகளை அமைக்கும் சமுதாயம், ஆனந்தத்தை காக்கும் அரசாங்கம் ஆகியோர் பண்பையும் ஒழுக்கத்தையும் எளிமையையும் எப்படிப் போற்றிப் பாதுகாக்கிறார்கள் என்பதைக் காட்டுகிறதல்லவா? அரசாங்கத்தில் அண்மைக்கால பராமரிப்பு சட்டம் உட்பட, சட்ட திட்டங்களுக்கு பஞ்சமில்லை. ஆனால் நடைமுறைப்படுத்துவதில் தான் குறைபாடு. மூத்த குடிமக்கள் என்றால் பெரும்பான்மையான அரசுத் துறைகளும் அதிகாரிகளும் வழங்குவது, பின்னூரிமையும் அலட்சியமும். நுகர்பொருள், பணம், செல்வாக்கு ஆகியவற்றுக்கும் மூத்த குடிமக்களுக்கும் வெகுதூரம். அன்பு ஆதரவு, அனுசரணை, அங்கீகாரம் என்பவை கூடவே இருக்க வேண்டும் என்பதே அவர்களது வேண்டுகோள்.



கனவு ஒரு பக்கம், அச்சம் மறுபுறம். இருந்தாலும் நம்மை நாமே காத்துக் கொள்ளவும், நமக்கு நாமே பேணிக் கொள்ளவும் முதுமை இயக்கத்தைப் போற்றுவோம். ❖

How far is the light in the tunnel of fear?

Senior Citizens are soft targets for all. Their own children seize their assets. Their relatives, close associates murder them for jewellery and wealth. Domestic helpers, cheats in disguise, thieves rob away their possession. Every day such incidents are aplenty. All the offenders escape easily in the present day system. The older persons are dumb stricken with fear. After all who are these offenders? Are they not the children of our society? If so, the inadequate grooming by the parents and teachers, the changing atmosphere in the society, lack of ensuring tranquility and contentment by the Govt. are factors for the state of affairs. We have to necessarily transform them into simple disciplined moral life, waning them away from the influence of consumerism, money

and power. Good governance at all levels will be the remedy.

There is no dearth of acts, rules and provisions in the constitution including the latest Maintenance Act. But the implimentation is very weak. Except for a few exemptions, the Govt. Depts, especially the Police, and its officers give the least priority and humiliate the Senior Citizens. The Older persons are dumped by their children, limbs of the society and the Govt.

The Senior Citizens want love, affection, respect and recognition. Nothing more. The senior Citizens must get organised and emowered themselves. The strong elder movement is the only answer. ❖

Invitation - 164th Programme**SENIOR CITIZENS BUREAU**

[R.O.] 90, Rama Street, Nungambakkam, Chennai - 34.
Ph : (044) 2823 1388 E-mail : singaraja@gmail.com



Jointly with

THAMBIAN HEART AND VASCULAR INSTITUTE

Anna Nagar, Chennai - 40. Ph : (044) 2622 4224

Cordially invites you for a Screening Camp and Awareness Talk on

"Nonsurgical Treatment for Peripheral Arterial Disease (PAD)"

by

Dr. R. Ravikumar, MBBS, DMRD, DMRE, DNB, Ph.D.

Diploma in Cardiac CT (CBCCT, U.S.A.),

Cardiovascular Imaging Fellowship (University of Toronto),
Heart Attack Prevention Specialist ("SHAPE" Certified)

Date & Time : Saturday, 13th September 2014, 10.30 Hrs.

Venue : 36, Q-Block, 17th Street, Anna Nagar, Chennai - 40.
(Near K-4 Police Station), Ph : 044 6551 5105

Presided over by

Capt. Dr. M. Singaraja, SM, C.Eng.
Chairman, SCB

All are welcome. ❖

S. Jayakumar
Secretary General / SCB

Agenda:

10.30 to 12.30 Hrs: Awareness Talk and Screening Camp

13.00 Hrs : Lunch

EC Meeting will follow immediately after the camp.

Mail Box

நமது மன்றப் புரவலர் பத்மஸ்ரீ டாக்டர் வ.செ. நடராசனின் மின் அஞ்சல்: திருப்பூரைச் சேர்ந்த தன்னார்வத் தொண்டு நிறுவனமான வெற்றி அறக்கட்டளையின் "அனுபூதி" முதியோர் நல விழிப்புணர்வு முகாமை சிறப்புற நடத்தியது. அன்று பத்மஸ்ரீ டாக்டர் வ.செ. நடராசன் எழுதிய "முதுமையை வெல்வோம்" என்ற நூலும், கவிப்பேரரசு வைரமுத்து இயற்றிய "கருவறை முதல் முதுமை வரை வாழ்வாங்கு வாழ" என்ற இசைக் குறுந்தகடும் வெளியிடப்பட்டன. "அபயம்" என்ற முதியோருக்கு வீடு சென்று சிகிச்சை அளிக்கும் திட்டம் (Geriatric House Call Project extension) தொடங்கப்பட்டது. இதைத் தொடர்ந்து கருத்தரங்கில் பல அறிஞர்கள்

பங்கேற்றனர். மறுநாள் 21.07.14 அன்று பத்மஸ்ரீ டாக்டர் வ.செ. நடராசன் அவர்களின் முதியோர் சிறப்புப் பரிசோதனை நடைபெற்றது. டாக்டர் B. அரிசங்கர் உடன் பங்கேற்றார். வெற்றி நல வாழ்வு மையம் (Vetri Holistic Wellness Centre, Vethathri Education Training Research Institute) மருத்துவம், வக்சனா, சம்பந்தம், கர்ப்ப கிருகா, பதின் பருவம், முதியோர் நலன் ஆகிய துறைகளில் வல்லுநர்களைக் கொண்டு சிறந்த சேவை செய்து வருவது பாராட்டுகூரியது. Ph : 4243245, Also he has participated in Biennial Conference 2014 of All India ESIC Pensioners Federation at Chetpet on August 14 and students meet at KRM Public School, Perambur on August 16.

Our EC member Mr. C. Nagendra Prasad, LM 846 Mg. Trustee Kay Vee Foundation, Chennai - 8, E-mail : <challagallanp@gmail.com, Ph : 2855 3031 writes :

We are starting a project "HAPPY DAYS" for the benefit of Senior Citizens with Stay Home Concept. We are looking for Part time Staff among Senior Citizens 60 years and above, in good health who can serve for 2/3 years, in all disciplines. I am enclosing a cheque for Rs.5000/- towards donation. ❖

Editor : Thank you Sir, all the best.

Er. T. Govindarajan, B.A., (73) (JSL 725) Kattumannar Koil - 608 301 writes :

Sir, Thank you for the Birthday greeting you have sent. I am enclosing a cheque for Rs.2,500/- towards Sun Shine Fund contribution. Kindly accept and acknowledge.

Editor : Sir, Our Warm greetings and best wishes once again on your happy birthday being 06.06.14. Thanks for your support and encouragement.

Maj. S. Raghunathan, LM-809, Okkiam Thurai-pakkam (OMR) Chennai - 97 writes :

Dear Sir, Pranam, I received the Link Age for June 2014. All the points brought out are excellent. Generally Link Age conveys lot of good things. We are all happy to receive it monthly. We are thankful for the guidance you are giving us. I wish you all health and happiness. My 90th birth day falls on 01.07.14. Here with I am enclosing a cheque for Rs.1,000/- please accept.

Editor : Sir, Our Warm greetings and Best Wishes once again, on your 90th birthday being 01.07.25. I cherish your kind words of encouragement and support. ❖

S. ஆராவமுதாச்சாரி, LM-383 our EC Member, Chennai - 6 writes :

contd. P.4

Report on Activities

Senior Citizens Bureau - 163rd Program - "Camp on ACUPRESSURE AND NATURE CARE" - 16.08.2014



A view of the dais

(L-R) Dr. Pragadeeswar, Dr. Prabha Ramdurai, Dr. Abdul Nazar, Capt. M. Singaraja and S. Jayakumar



A group photo on the occasion

Our Bureau in association with Indian Board of Integrated Medicines (IBIM), West Mambalam, Chennai – 33, conducted a Camp on Acupressure and Nature Care, on 16th August, 2014 from 10.30 to 12.30 hrs at Saibaba Hall , Opp. to IBIM, Chennai- 33. After prayer and welcome address, Chairman Capt. Dr. M. Singaraja, SM, shared his concern about hospitalization of our Chairman Emeritus of Maj. Gen. Aban Naidu, AVSM, PVSM, M-in-D, Mrs.Savithri Vaithy, Founder and Chairperson of Vishrinathi Old Age Home and LM: 22, Er. Harinder Sagar Naidu. All to stood in silence for a minute to pray for their speedy recovery. Then he introduced the Guest Speaker Prof Dr.FA.Abdul Nazar, President, IBIM, and briefed about the importance of our ancient practice of acupressure and nature cure. Later Prof. Abdul Nazar conducted the camp with full involvement of participants. Dr Nazar has trained nearly 1850 students and conducted more than 2000 camps. His main desire and ambition is a disease free world without drug. He has explained the difference between Acupressure and Acupuncture. There are 361 pressure points in the entire body. He demonstrated various types of mudras and their benefit. He guided the correct method of Vanakam and clapping. Copies of the list of diseases and remedial acupressure points were distributed to all the participants. After a vote of thanks by the Secretary General S. Jayakumar, Dr. Abdul Nazar, along with his father and family members hosted a nice and tasty lunch. ❖

EC Meeting was held under the president ship of Chairman Capt. Dr .M. Singaraja, SM, Mr. S. Jayakumar, Sec. Gen. read out the minutes of the last meeting held on 20.07.14 at Hycare Centre, Kilapuk, which was adopted unanimously. August born members were greeted. The Chairman congratulated and greeted Mr. S. Jayakumar, with a memento and a shawl on his golden wedding anniversary. After review of the activities of SCB, the Chairman briefed about the participation of a seven member group, headed by him in U3A World Conference at Katmandu. They will be leaving Chennai on 14th Oct and will be back on 26th Oct, 2014. The following resolutions were passed unanimously:

1) EC places on record our appreciation and best wishes to Prof. Dr. FA. Abdul Nazar, President, IBIM and his team, for

the successful conduct of the camp on 16.08.14. 2) EC approves an increase of Rs. 250/- to the part time Staff Selvi Poonthair from August 2014 to work for two days in a week on Monday & Thursday. 3) EC Co-opts Thiru C. Nagendra Prasad, LM 846 to the Social Welfare Committee, Thiru P. Sethu Seshan, LM: 866, Thiru. K. Sundra Varadhan LM: 462 and Tmt. P.S. Rajam LM: 502 to the Executive Committee. 4) EC greets our LM:737 Dr. T. S. Ramaswamy, on his election as President of the Probus Club of Chennai. EC meeting was adjourned with a vote of thanks by the Treasurer Tmt. Nirmala. ❖

- S. Jayakumar,
Secretary General

A Two day State level Consultative meet "On Age Care Issues for Govt Officials / NGO's with special focus on The Maintenance and Welfare of Parents & Senior Citizens Act, 2007" was organized by Regional Resource and Training Centre-Age Care, Nightingale Medical Trust, Bangalore, in collaboration with The Department of Social Welfare, Govt of Tamil Nadu and National Institute of Social Defence, MoSJE, GOI, on 31st July and 1st August 2014, at Anna Institute Of Management, Chennai - 20. The Chairman SCB, Capt. Dr. M. Singaraja, SM and former member NCOP made a Power Point Presentation on the topic "Challenges with the Maintenance Act-Senior Citizens Perspective".

Mr. S. Premkumar Raja, of Nightngale Medical Trust, Tmt. Kanmani, Dy Director, Social Welfare Dept, Tmt. T. Saroja, Dy Director, Dept of Social Welfare Ms. Ramani Sundaram, Research Scientist and Head of training, Nightingale Medical Trust, Ms. Vijayalakshmi, MSW Guild of Service Chennai. Dr.Francis, Faculty, Madras School of Social Work and Mr.Shanthakumar, RDO Coimbatore, addressed the gathering. The Conference was attended by DSWOs from all the districts of Tamil Nadu, WOMEN outnumbering MEN. Concluding remarks and Vote of thanks were given by Ms. Dechu Banerjee, RRTC, Nightingale Medical Trust. Senior Citizens Bureau was represented by Secretary General S.Jayakumar and EC Members S.Prabhakaran and P.Sethushan. ❖

Registered with Registrar of Newspapers for India No.TN/ENG/2004/13996 Date of Publication 5th of Every Month
Postal Regn. TN/CH(C)/37/2013-2015 and Licenced to post w/o prepayment WPP No.TN/PMG(CCR) WPP/41/13-15

Birthdays : September

Wishing you a Cheerful, Peaceful and Prosperous Life

Sl. No.	D.O.B	Memb No.	Name
1	5-09-1939	LM:512	Santhanam .R
2	7-09-1926	LM:45	Kandaswamy .M
3	7-09-1933	LM:516	Parvathi Menon
4	7-09-1928	LM:465	Rajarethinam .T
5	8-09-1937	LM:546	Jayakumar .S
6	8-09-1939	LM:665	Shanmugam .K.S
7	8-09-1931	LM:734	Umapathy .A
8	11-09-1937	LM:343	Jayaraman .K
9	11-09-1940	LM:492	Krishnamoorthy .S.R. Dr.
10	11-09-1935	LM:520	Raman .A
11	12-09-1922	LM:320	Mahalingam .K.P. Er.
12	14-09-1938	LM:741	Krishnamoorthy .S.T.
13	15-09-1932	LM:771	John Selvaraj .D. Er.
14	16-09-1930	LM:4	Radhakrishnan .S.
15	17-09-1943	DM:68	Kanagaraj .T.S
16	17-09-1946	LM:827	Mumtaz Begum
17	18-09-1934	LM:138	Mukundan .R
18	22-09-1946	LM:552	Sharma .B.V.S.C. Dr.
19	26-09-1926	JSL:423	Chaco .P.E.
20	26-09-1925	JSL:416	Jayachandran .C
21	27-09-1925	LM:586	Ayyanar Raju .K.P
22	30-09-1941	LM:443	Kuttalam Pillai

Changes

1) LM 109 Ph : 044-24404317 D.O.B. : 17.05.1933
Er. M. Sadasivam
F-4, Samudra Apartments, No.6, Second Cross Street,
Venkatratnam Nagar Extension, Adyar, Chennai - 600 020. ❖

Obituary

Thiru V.S. Narayanaswamy (84), Spouse of our LM - 654, Tmt. N. Dhanalakshmi, Choolai, (Chennai - 112, Ph : 97100 403900) passed away on 05.08.14. ❖

Son of our LM-795, Tmt. N. Krishaveni, (Iyambakkam, Chennai - 77, Ph : 9677809012), passed away recently.

Thiru M. Arumugam, LM 607, (Ph : 044-24404785, DOB : 24.03.1933, Thiruvanmiyur, Chennai - 41), passed away on 31.12.2013. ❖

Thiru A. Natarajan, (76), PWD Retd. Coimbatore Brother-in-law of our EC Member LM 27, Thiru C. Panneer Selvam, passed away on 04.08.2014. (Ph : 94446 77076) ❖

Our heartfelt condolence to the bereaved family. ❖

Acknowledgment

Thanks a lot & God Bless You

I. Sunshine Fund

1. Thiru Sundara Murthy	LM 358	₹	1000/-
2. Thiru S.K. Vasudevan	LM 18	₹	100/-
3. Thiru S. Jayakumar	LM 546	₹	2000/-
4. Thiru K.S. Mani	LM 540	₹	500/-

II. Donation

1. Thiru C. Nagendra Prasad	LM 846	₹	5000/-
-----------------------------	--------	---	--------

Note : AM/LM = Annual / Life Member JSL = Journal Subscriber Life
PM/DM/HM = Patron/Donor/Honorary Member

National / International Days September

05	Teacher's Day	(N)
08	World Literacy Day	(I)
14	World Fraternity and Apology Day	(I)
15	Engineer's Day	(N)
16	World Ozone Day	(I)
21	Alzheimer's Day	(I)
24	World Deaf Day and World Heart Day	(I)
27	World Tourism Day	(I)

Note : N = National I = International

Mail Box contd. from P.2

அன்புள்ள கேப்டன் சிங்கராஜா அவர்களுக்கு ஆராவமுதன் எழுதிக் கொண்டது. ஸ்ரீ வேதாந்த தேசிகருடைய ஸ்தோத்திர பாடங்களுல் (1) ஸ்ரீ ஹக்ரீவ ஸ்தோத்திரம் (2) ஸ்ரீ ஸ்துதி (3) ஸ்ரீ கோபால விம்ஸதி (4) ந்யாஸ தஸகம் இவைகளை குறுகிய தமிழ் அர்த்தத்துடனும் நமக்கு பாராயணம் செய்ய உதவும் என்று சிறு புஸ்தக வடிவில் செய்திருக்கிறேன். இத்துடன் காபி அனுப்பியிருக்கிறேன். பெற்றுக்கொண்டு பயன் பெருமாறு ஸர்வேஸ்வரனை வேண்டிக் கொள்கிறேன். குறைகள் இருந்தால் மன்னித்தருள வேண்டுகிறேன்.

Editor : Sir, Your publication of spiritual books is exemplary for active and productive ageing. God bless you for the great service and assistance to the needy. Note : Any body interested in the book may contact him. Ph : 8754411231. ❖

Tmt. Janakam, LM 784, Room No.303, Senior Citizen Centre, VHS Hospital, Rajeev Gandhi Salai, Adyar, Chennai - 113 writes :

Sir, Please find herewith a cheque for Rs.500/- on the occasion of my birthday being 19.07.14. Kindly note the change in my address. Sir, yourself and this organisation is rendering great service to the old persons. I pray god that you should live long and serve for the cause of older persons.

Editor : Thanks for your encouragement and contribution. Great. New address is noted in our records. ❖