

June 2007

Punjabi Community Health Centre has created an **E-ZINE** Newsletter to allow service providers and community partners to interact and stay connected, while simultaneously reducing paper usage.

In this issue

1. Message from the Executive Director
2. Jeewan Parivartan
3. Articles by seniors
4. Information on senior abuse
5. Staff updates
6. Recognition and Awards
7. Partners' Update
8. and much more...

Our Mailing Address:
P.O.Box 38670

Brampton West Postal Outlet
Brampton, ON, L6Y 4W5
905.301.2978

Email: bmutta@rogers.com
www.pchealthcentre.com

Happy Father's Day!

A very happy Father's Day to all fathers!

Shades of Brown Conference

Shades of Brown: Challenges, Myths and Promises

First International Educational Conference on South Asian Issues
It will be held on July 8 – 13, 2007 at York University,
4700 Keele Street, Toronto ON M3J 1P3.

**CASSA and its partners launch training on Women
Abuse from a South Asian perspective.**

**One full day Parenting Seminar by Punjabi
Community Health Centre at South Asian Family
Support Services in Scarborough.**

A Message from the Executive Director

Two announcements:

1. I am pleased to announce that PCHC has started a women's group every Tuesday evening. The group commences at 6:00 PM to 8:00 PM. It deals with issues pertaining to women's needs following family dispute. Women also participate in meditation exercises by Maninder Dhillon a certified Yoga instructor. Please refer South Asian women in need to this group program. Child care is provided on site and the group program is **FREE** to women. For more information please contact Kuldip Benipal at 905.301.2978.
2. Punjabi Community Health Centre is organizing the 4th annual summer day camp for children. The camp will address "obesity", "physical inactivity", "healthy eating" "smoke-free living", "relationship issues", and "other concerns identified by the parents".

Like past years we have about 70 children this year as well. The children attend this camp for five days and participate in fun activities in addition to building their character and learning life skills.

I am very pleased to share that children who participated in previous years are now volunteering in the camp. The facilitators have done an excellent job with the children who are stepping in to help out. In addition, we have new parent volunteers who are helping out. Finally, we have fathers who will be taking time off from work to help out in the camp. *This is truly a community development approach.*

Baldev Mutta

Jeewan Parivartan, ਜੀਵਨ ਪਰਿਵਰਤਨ, j lvn pirvRn

These Pages Are Dedicated To Our Seniors

June - Seniors Month

Punjabi Seniors Celebrating Seniors' Month by Being Physically Active

For more than 20 years Ontario has been celebrating Seniors' Month in June. Punjabi Community Health Centre also held events to recognize the contributions of



Punjabi seniors and to promote awareness of active living and healthy lifestyle choices.

Seniors have worked hard and continue to contribute much to the prosperity we all enjoy today. Celebrating Seniors' Month has become our collective way of giving something back to them.

In Ontario, the theme for this year is **Active Living: Healthy Living**. The theme encourages seniors to become involved in programs where their experiences and interests may be shared with contemporaries and other generations.

The focus on seniors will take on special meaning as the world gets set to recognize June 15 as **World Elder Abuse Awareness Day**, which will highlight an important issue that we must tackle together. Punjabi Community Health Centre has undertaken an extensive research study on Elder Abuse which can be obtained by calling PCHC at 905.301.2978.



Healthy Living Peel
Community Partners for Health and Wellness

Punjabi Seniors' in Action

A Senior Shares His Experience at the SAHARA Senior's Group Program



Col. Avtar Singh
June 2007

A Visitor's View

Having come to Canada as a visitor, sometime in April this year, I was quiet happy to be with my son and his family. This of course is the second visit, the first one being in 2005.

Initial few days were quiet enjoyable, but after few days I felt the desire to move around and meet people so as to acquaintance myself with Canadian culture vis a vis Indian background. This led to my coming in contact with Mr. Rupinder Singh who was known to my son for his community service. After fixing up the dates and venue of this meeting, I was dropped at 100 Acorn Place by my son.

Me and my wife who also accompanied me, found the gathering which was just over 20, a mix of old/senior person both men and ladies, a unique collection of people having various interests in the daily routine of life.

The meeting started with light yoga, a game of ball just to warm up the body and waken up the spirit. Soon we were rubbing shoulders with each and everybody. After the huffing and puffing session, we all sat down over light snacks downed with a cup of tea/coffee, discussing various aspects of life of senior citizens, problems related to health and environment. The time passed quickly. Since the atmosphere was very fresh and open, we took leave just after 2 hours of a wonderful meeting and resolved to come again and again.

Through subsequent meetings, we discovered that the group was just not spending time over social 'gup-shup' it in fact has great ideas/plans for its members so as to benefit Indian (Punjabi) community, like viewing DVDs on problems of senior citizens, art and craft and painting sessions for all men and women with artistic bent of mind as well as organizing trips and celebrating social/national days.

ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਹੁੰਦੇ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਾਸਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ।

ਅਸੀਂ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਵਾਂਗੇ। ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਹਰ ਮਹੀਨੇ ਪੜ੍ਹੋ।

ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

ਇਹ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਕਿਸਮ ਦੇ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਕੁਝ ਖਾਸ ਹਾਲਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਵਾਪਰ ਸਕਦੇ ਹੋਣ। ਉਦਾਹਰਣ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ, ਉਹਨਾਂ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਜੋ ਕਿ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹੋਣ, ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰਨਾਂ ਨਾਲ ਪੈਸੇ ਧੋਲੇ ਜਾਂ ਭਾਵਨਾਤਮਿਕ ਨਿਰਭਰਤਾ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਇਸਦੇ ਉਲਟ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਬਜ਼ੁਰਗ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਵਾਸਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀਆਂ ਸੇਵੇਵਾਂ ਅਧੀਨ (ਲੋਂਗ ਟਰਮ ਕੇਅਰ ਫੈਸੀਲਿਟੀਅਜ਼) ਰਹਿ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਨੇੜਤਾ ਵਾਲੇ ਤੌਰ ਤਰੀਕਿਆਂ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਟਾਫ ਅਤੇ ਇਲਾਕਾ ਨਿਵਾਸੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ, ਉਸ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ; ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖਾਣਾ ਦੇਣਾ, ਨਹਾਉਣਾ, ਕੱਪੜੇ ਆਦਿ ਪਹਿਣਾਉਣਾ, ਘੰਮਾਉਣਾ ਫਿਰਾਉਣਾ ਅਤੇ ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਇਲਾਜ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਵਾਉਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਵਿੱਚ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦੇ ਉਹ ਤੌਰ ਤਰੀਕੇ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਵੱਖ ਵੱਖ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀਆਂ ਹਾਲਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਿਕ ਦੁਰਵਿਹਾਰ: ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਵਿੱਚ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਇਨਸਾਨੀ ਗੁਣਾਂ ਤੋਂ ਵਾਂਝਿਆਂ ਕਰਨ ਜਾਂ ਡਰਾਉਣ ਧਮਕਾਉਣ ਦੇ ਯਤਨ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ। ਗੱਲ ਬਾਤ ਰਾਹੀਂ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੇ ਸਵੈ-ਮਾਨ ਜਾਂ ਸ਼ਾਨ ਨੂੰ ਧੱਕਾ ਲੱਗੇ ਅਤੇ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਿਕ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਿਕ ਨੇਕ ਨੀਤੀ ਨੂੰ ਸੱਟ ਲੱਗੇ, ਇਹ ਸਭ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦਾ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਹੈ। ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਹਨ:

- ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦੇਣਾ
- ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕਲਿਆਂ ਛੱਡਣ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦੇਣਾ
- ਜਾਣ ਬੁੱਝ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਡਰਾਉਣਾ
- ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਡਰ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਲੋੜ ਮੁਤਾਬਿਕ ਸਾਂਭ ਸੰਭਾਲ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ
- ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨਾਲ ਝੂਠ ਬੋਲਣਾ
- ਉਹਨਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਦੇ ਦੋਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਤੋਂ ਅਸਮਰਥ ਹੋਣਾ
- ਬੇਇੱਜ਼ਤ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਗਾਲਾਂ ਕੱਢਣੀਆਂ
- ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਉਤੇਜਨਾਜਨਕ ਜਾਂ ਬਦਨਾਮੀ ਭਰਪੂਰ ਬਿਆਨ ਦੇਣੇ
- ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕਲਿਆਂ ਕਰ ਦੇਣਾ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਵਾਲਿਆਂ ਤੇ ਰੋਕ ਲਾਉਣੀ
- ਜ਼ਰੂਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਜਿਸਦਾ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ ਉਸ ਤੇ ਰੋਕ ਲਾਉਣੀ
- ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਵੱਲੋਂ ਬੋਲੀ ਗਈ ਭਾਸ਼ਾਂ ਦਾ ਗਲਤ ਮਤਲਬ ਕੱਢਣਾ
- ਜਾਣ ਬੁੱਝ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪੁਰਾਣੇ ਰੀਤੀ ਰਿਵਾਜਾਂ ਨੂੰ ਗਲਤ ਦਰਸਾਉਣਾ
- ਵਾਰ ਵਾਰ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਮੌਤ ਬਾਰੇ ਮੁੱਦਾ ਉਠਾਉਣਾ
- ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਣਾ ਕਿ ਉਹ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਮੁਸੀਬਤ ਹਨ
- ਬੇਇੱਜ਼ਤੀ ਕਰਨਾ
- ਬਿਨਾਂ ਮਤਲਬ ਤੋਂ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੁਕਮ ਕਰੀ ਜਾਣਾ
- ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਨੌਕਰਾਂ ਵਾਂਗ ਵਿਵਹਾਰ ਕਰਨਾ
- ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਂਗ ਸਲੂਕ ਕਰਨਾ



ਇਕੱਲਤਾ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣਾ

ਇਕੱਲਤਾ ਜਿਸਨੂੰ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ 'Loneliness' (ਲੋਨਲੀਨੈਸ) ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਕੁਦਰਤ ਨੇ ਹਰ ਜੀਤ-ਜੰਤੂ ਅਤੇ ਇਨਸਾਨ ਦਾ ਜੋੜਾ ਬਣਾਇਆ ਹੈ, ਇੱਕ ਮਰਦ ਅਤੇ ਇੱਕ ਇਸਤਰੀ ਤਾਂ ਕਿ ਕੋਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇਕੱਲਾ ਮਹਿਸੂਸ ਨਾ ਕਰੇ। ਜੀਵ ਲਈ ਜਿਥੇ ਹੋਰ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੱਸਣਾ ਖੇਡਣਾ ਵੀ ਬੜਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਇਹ ਸਰੀਰ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਖੁਰਾਕ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਕੋਈ ਇਨਸਾਨ ਇਕੱਲਾ ਰਹਿਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਮਝ ਲਓ ਉਹ ਬੀਮਾਰ ਹੈ। ਜਿਹੜੀ ਇਕੱਲਤਾ ਦੀ ਅਸੀਂ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਉਹ ਹੈ ਪਰਦੇਸਾਂ ਵਿੱਚ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦੀ ਇਕੱਲਤਾ। ਬਜ਼ੁਰਗ ਨੇ ਆਪਣੀ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਨਾਲ ਗੁਜ਼ਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਉਹ ਪ੍ਰਦੇਸਾਂ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਬੋਲੀ, ਪਹਿਰਾਵਾ ਅਤੇ ਗੱਲ ਬਾਤ ਕਰਨ ਦੇ ਤੌਰ ਤਰੀਕੇ ਵੱਖਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਧੀਆਂ ਪੁੱਤਰ ਕੰਮਾਂ ਉੱਤੇ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪੋਤਰੇ, ਪੋਤਰੀਆਂ ਦੋਹਤੇ ਜਾਂ ਦੋਹਤੀਆਂ ਬੱਚੇ ਸਕੂਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਪਿੱਛੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਇਕੱਲੇ ਬਜ਼ੁਰਗ।

ਬੋਲੀ ਦੀ ਸਮਝ ਨਾ ਆਉਣ ਕਾਰਨ, ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਘਰੇ ਬੈਠ ਕੇ ਟੈਲੀਵੀਜ਼ਨ ਵੀ ਵੇਖਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਇਕੱਲਤਾ ਨੂੰ ਤੋੜਨ ਲਈ ਸਾਡੇ ਸ਼ਹਿਰ ਟਰਾਂਟੋ ਵਿਖੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਬਜ਼ੁਰਗ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਬਣੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ, ਜਿੱਥੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਵਕਤ ਗੁਜ਼ਾਰਨ ਲਈ ਸੋਹਣੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਉਲੀਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਜਿਹਨਾਂ ਕੋਲ ਬਜ਼ੁਰਗ ਆਏ ਹੋਏ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਕੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਦਿਵਾਉਣ। ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕਈ ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਬੰਧਸ਼ਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਉਮਰ ਦਾ ਫਰਕ, ਕਈ ਵਾਰ ਬੋਲੀ ਆਦਿ ਦੀ ਵੀ ਅੜਚਣ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਜੇ ਉਹ ਬਜ਼ੁਰਗ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣਗੇ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ, ਆਪਣੀ ਬੋਲੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਹਾਣੀਆਂ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਮਨ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਨਸਾਨ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਾਂ-ਬਾਤਾਂ ਕਰਕੇ ਦਿਲ ਹੌਲਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿਆਣੇ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਦੁੱਖ ਵੰਡਿਆ ਅੱਧਾ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਿਆਣਿਆਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਕਬਜ਼ ਹਰ ਬੀਮਾਰੀ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਹੈ, ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਕੱਲਤਾ ਵੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਮਾਨਸਿਕ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਹੈ।

Staff Update

Harpreet Dhaliwal

Harpreet has decided to take sometime off to be with her new born daughter. Volunteers, staff and Board Members of PCHC thank her for the many years of tireless work and we wish her lovely time with her daughter and family.

Amandeep Kaur

Amandeep is on sick leave. Kuldeep Benipal has assumed Amandeep's responsibilities. We wish Amandeep a speedy recovery.

Rupinder Singh

Four Pillars Seniors Project activities are in progress. Seniors are actively participating in developing a video on 'Elder Abuse' and writing articles for the Newsletter. The seniors have decided to take a trip to Edward Gardens.

Kuldip Benipal

Kuldip has recently joined PCHC as a Community Worker and pretty busy with introducing herself to various partner agencies and carrying on the PCHC's ongoing group programs and projects. Please contact Kuldip at 905-301-2978 in order to find out the current activities of PCHC.

Baldev Mutta

Baldev, as usual, is busy building the capacity of the Punjabi Community Health Centre to provide leadership in key program areas. One of the areas that deserve attention is the area of Domestic Violence. For the last seventeen years, Baldev has devoted enormous time to develop culturally appropriate interventions. For a long time these interventions were ignored by the mainstream agencies but now these same interventions are being recognized and all the hard work is bearing fruit.

PCHC in partnership with other agencies has developed a curriculum with specific emphasis on addressing domestic violence in the South Asian community from a "South Asian Lens".

Soon, a training based on the new curriculum will be launched in the GTA and surrounding areas.

The demand for parenting sessions keep on increasing. Both mainstream agencies and Punjabi institutions are demanding more and more parenting sessions to be delivered. Rungla Punjab radio program has devoted time every Wednesday (Rungla Punjab 1320 AM at 9:30 PM) for Baldev to speak to the community. The program became so successful that Dilbag Chawla, radio host Rungla Punjab also decided to give time to Baldev on his TV show to address the community on some key issues pertaining to parenting.

Congratulations to Baldev Mutta on Receiving Awards

Peel District School Board

Peel District School Board recognizes the contributions of Baldev Mutta by presenting an Award of Distinction. He was nominated by Jo-Ann Brick who is the Community Outreach Worker at the Lancaster Early Years Hub. The award was presented at the Lancaster School assembly on May 17, 2007.

South Asian Family Support Services

South Asian Family Support Services presented an award to Baldev Mutta "In Recognition of your Commitment and Outstanding Contributions" for Rearing Moral Children on June 6, 2007.

Social Services Network

Baldev Mutta received a Social Activist Award for Outstanding Leadership and Service on May 12, 2007.

Baldev Mutta with Alok Mukerjee on right and Naushad Hirji, Chair SSN on left.



Car Seat Safety Information Session Held at Malton Gurdwara on May 6, 07

Peel Health's Public Health Nurse, Lucille Repetski, was the guest speaker at the Parenting session organized by the Punjabi Community Health Centre. The presentation was very well received and the participants were really thankful that they were given very valuable information.



Update on Sistering Project

Mentees enjoyed the "Desi Fest" held at Dundas Square on May 26, 2007. The purpose of this project is to strengthen the understanding of South Asian cultural norms by our young girls.

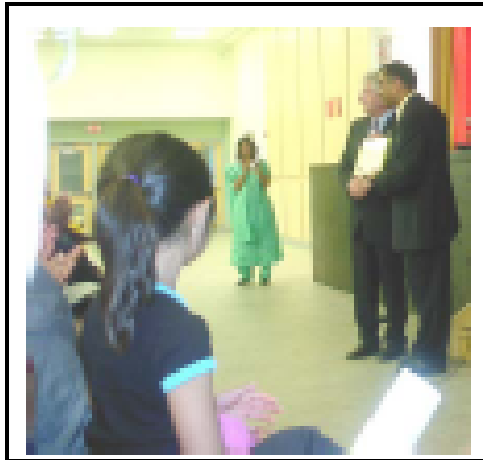


South Asian Heritage Day celebrated by Human Endeavour in Woodsbridge!

Over 200 people celebrated the South Asian Heritage month. Hon Mike Colle, Ontario Minister of Citizenship and Immigration was the Chief Guest. Important persons were also recognized.

Please see pictures on next page

South Asian Heritage Day was celebrated by Human Endeavour (our partner organization) on May 5, 2007. Over 200 people participated in this very successful celebration.



For more information, please contact Human Endeavour:

Human Endeavour is a non-profit, non-partisan, non-religious organization registered under the Canada Corporation Act in 2004, it has local as well as international focus. Mr. Noor Din is the founder and the Executive Director of Human Endeavour.

Phone: Office: 905-832-6642
Fax: 905-248-3157

Phone: Cell: 416-726-3252
Email: info@humanendeavour.org