

















## ਅਖਰੋਟ

**ਅ** ਖਰੋਟ ਖਾਣਾ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਪਾਸੀਦੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਬੀ ਸਾਰੇ ਵਿਟਾਮਿਨ ਹੋਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਇਸ ਨੂੰ ਵਿਟਾਮਿਨ ਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਖਰੋਟ 'ਚ ਪ੍ਰੈਟੀਨ ਦੇ ਇਲਾਵਾ ਕੈਲਸੀਅਮ, ਗੈਨਾਨਿਸ਼ੀਅਮ, ਆਇਨ ਫਾਸ਼ੇਰਸ ਆਦਿ ਇਸ ਤੱਤ ਦੇ ਪੋਸਟਿਕ ਤੱਤ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਵਾਲ੍ਸ਼ਾਂ ਤੇ ਇਹਰੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਹੀ ਵਾਹਿਗੁਣੀਆਂ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਹੀ ਵਾਹਿਗੁਣੀਆਂ ਤੋਂ ਵਿਵੇਂ ਕਿ ਸਾਰੇ ਸਿਰ ਵਿਅਕਾਂ ਦਾ ਸਪੂਰਣ ਟੀਕਾਰਲ ਕਵਾਉਣਾ ਤਾਂ ਜੋ ਫੁੱਲ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਮੌਜ ਬਹੁਤ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਪੋਸਟ ਪਾਸੀਨੀ ਆਦਿ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਇਲਾਵਾ ਵੀ ਅਖਰੋਟ ਖਾਣ ਨਾਲ

**ਭਾਰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਚੰਗਦਗਾਰ**  
ਅਖਰੋਟ ਭਰ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਚੰਗਦਗਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਿ ਇਸ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਭਰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਲੋਕ ਵੱਧ ਰਹੇ ਭਰ ਤੋਂ ਪਰੋਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਜੋ ਇਸ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਨਾ ਚਹੀਦਾ ਹੈ।

ਅਨੇਕਾਂ ਛਾਇਦੇ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਅਜਾਂ ਅਸੀਂ ਤਹਾਨੂੰ ਇਸ ਦੇ ਉਪਾਂ ਦੇ ਭਰੇ ਚੰਗੇ ਕਰਦੇ ਹਾਂ - ਸਿੰਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪੁਰਾ ਦਿਨ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਨੀਂਦ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲਈ ਅਖਰੋਟ ਰਾਮ ਬਾਣ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਰਤ ਨੂੰ ਸੈਣ ਤੋਂ ਪੈਹਿਲਾਂ 1 ਜਾਂ 2 ਅਖਰੋਟ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਨਾਲ ਤਾਲਾ ਤੋਂ ਕਾਫੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਲਈ ਵਾਲੀ ਵਹੀਆ - ਇਸ 'ਚ ਪਾਥੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਅੰਤੇ ਓਕੋਨੀ ਤੋਂ ਤੁਲਾ ਨੂੰ ਤੁਲਾ ਸੱਤ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੇਵਨ

ਨਾਲ ਇਲ ਸੰਬੰਧੀ ਪਰੋਸ਼ਾਨੀਆਂ ਛੁੱਚ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। **ਭਾਇਓਥੀਜ਼** - ਭਾਇਓਥੀਜ਼ ਨੂੰ ਰੋਜ਼ ਅਖਰੋਟ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਪਾਥੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਪਾਈ ਅਨੰਤੋਰੋਟ ਤੋਂ ਮੈਨੇ ਵਸਾ ਸਿਹਤ ਲਈ ਵਹੀਆ ਹੀਂਦੇ ਹਨ। **ਤਾਲਾ ਤੋਂ ਛੁੱਚ** - ਅਜਾਂਕੁਝੀ ਦੀ ਭੱਜੋਂ ਦੀ ਜਿਚੜੀ ਤੋਂ 5-4 ਲੋਕ ਤਾਲਾ ਦੇ ਸਿਕਾਰ ਹੀਂਦੇ ਹਨ। ਅਖਰੋਟ ਦੇ ਸੇਵਨ ਨਾਲ ਤਾਲਾ ਤੋਂ ਕਾਫੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਂਗ ਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸੇਵਨ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰ ਹੈ।

## ਕੋਸਾ ਪਾਲੀ ਪੀਲ ਦੇ ਛਾਇਦੇ

ਗਰਮੰਡ ਸਿੱਖ ਭੱਟ



ਪਾਣੀ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵੇਖੀ ਤੋਂ 8 ਤੋਂ 10 ਗਲਸ ਪਾਣੀ ਕਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਪਰ ਜੋ ਪੁਰਾ ਦੇ ਨਾਲ ਦਿਨ 'ਚ 3 ਤੋਂ 4 ਵਾਰ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਦੀ ਆਵਦ ਲਈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਤੁਲਾ ਜੀਵੀ ਦੀ ਵਹੀਆ ਤੋਂ ਕਾਫੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਂਗ ਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੇਵਨ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰ ਹੈ।

ਕੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਆਗਮ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਪੱਤੇ 'ਚ ਰਾਵ ਦੀ ਸਮੀਅਕ ਹੋਣ 'ਤੇ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਪੀਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਸਰੀਰ ਕਰੇ ਭੀਟਾਕਸ

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਭੀਟਾਕਸ ਕਰਨ 'ਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਅਤੇ ਜਾਂਗ ਦੀ ਵੇਖੀ ਤੋਂ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਪੁੱਗੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਨਾਲ ਜਾਂਗ ਦੀ ਵੇਖੀ ਤੋਂ ਆਵਦ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਪਸੀਨਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਮਾਫਿਕ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਆਂਧੀਆਂ ਦੁਰਗ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਹਰ ਵੇਲੇ ਨਜ਼ਰ ਆਓ ਜਵਾਨ

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੀ ਵੇਖੀ ਵਹੀ ਹੈ। ਕਥਾ ਦੀ ਪੋਸ਼ੇ ਸਾਡੇ ਨੂੰ ਜੁੜ੍ਹ ਕਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਨਾਲ ਜਾਂਗ ਦੀ ਵੇਖੀ ਤੋਂ ਆਵਦ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਕਥਾ ਤੋਂ ਰਾਹਤ

ਕਥਾ ਦੀ ਸਾਂਗਿਆ ਹੋ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮੀਅਕਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣੀ ਹੈ। ਕਥਾ ਦੀ ਪੋਸ਼ੇ ਸਾਡੇ ਨੂੰ ਜੁੜ੍ਹ ਕਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਨਾਲ ਜਾਂਗ ਦੀ ਵੇਖੀ ਤੋਂ ਆਵਦ ਹੈ।

ਖੁਨ ਸਾਡ ਕਰੋ

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੀ ਵੇਖੀ ਵਹੀ ਹੈ। ਕਥਾ ਦੀ ਪੋਸ਼ੇ ਸਾਡੇ ਨੂੰ ਜੁੜ੍ਹ ਕਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਸਰਦੀ-ਜੁਕਾਮ ਤੋਂ ਰਾਹਤ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸੇਵਾਪੇ ਤੋਂ ਪੇਸ਼ੇ ਕਰ ਨਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਭੀਟਾਕਸ ਕਰਨ 'ਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਅਤੇ ਜਾਂਗ ਦੀ ਵੇਖੀ ਤੋਂ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਸੀਨਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਮਾਫਿਕ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਆਂਧੀਆਂ ਦੁਰਗ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਅੰਨੰ ਵਹਾਂਦਿ

ਫੁੱਕ ਪੀਣ ਦੀ ਵੇਖੀ ਤੋਂ ਆਵਦ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਖਾਲੀ ਲਈ ਛਾਇਦੇਮੰਡ

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਵਾਲੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਅਨੰਨ ਵਹਾਂਦਿ

ਫੁੱਕ ਪੀਣ ਦੀ ਵੇਖੀ ਤੋਂ ਆਵਦ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਅਨੰਨ ਵਹਾਂਦਿ

ਫੁੱਕ ਪੀਣ ਦੀ ਵੇਖੀ ਤੋਂ ਆਵਦ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਪੀਟ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

# ਜਲ ਸਪਲਾਈ ਇੰਜਨੀਅਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਸਰਕਲ ਪੱਧਰੀ ਤਿੰਨ ਰੋਜ਼ਾ ਧਰਨੇ ਸ਼ੁਰੂ



ਪਟਿਆਲਾ, 31 ਜਨਵਰੀ  
-ਕੌਮੀ ਪੱਤਿਕਾ ਬਿਹਿੰਦੇ-

ਪਟਿਆਲਾ, 31 ਜਨਵਰੀ  
 -ਕੌਂਧੀ ਪੱਤ੍ਰਕਾ ਬਿਉਰੋ-  
 ਡਿਪਲੋਮਾ ਇੰਜਨੀਅਰ  
 ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਸੱਦੇ ਤੋਂ ਜਲ  
 ਸਪਲਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟੇਸ਼ਨ ਵਿਡਾਗ  
 ਦੇ ਇੰਜਨੀਅਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਉਲੀਕੇ  
 ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤਹਿਤ ਜਥੇਬੰਦੀ ਦੇ ਸੁਭਾਈ  
 ਪ੍ਰਧਾਨ ਕਰਮਜ਼ੀਤ ਬੀਹਲਾ ਦੀ  
 ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਪੰਜਾਬ ਦੇ 13  
 ਸਰਕਲਾਂ ਅਗੇ ਤਿੰਨ ਰੋਜ਼ਾ ਪਰਿਨਾਮਾਂ  
 ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।  
 ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਇੰਜਨੀਅਰਾਂ ਦੀਆਂ  
 ਮੱਨੀਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਮੰਗਾਂ ਪ੍ਰਗਤੀਆਂ ਨਾ  
 ਕਰਨ 'ਤੇ ਸਰਕਾਰ ਅਤੇ ਵਿਡਾਗ ਦੀ  
 ਆਲੋਚਨਾ ਕੀਤੀ ਗਈ।

ਜਥੇਬੰਦੀ ਦੇ ਸੁਭਾਈ ਦੇ ਅਗਰਮੈਨ  
 ਸੁਖਿੰਦਰ ਲਵਲੀ, ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ  
 ਅਰਵਿੰਦ ਸੈਣੀ ਅਤੇ ਕਮਰਜ਼ੀਤ ਮਾਨ  
 ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਦੋ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਸਹਾਇਕ  
 ਇੰਜਨੀਅਰ ਤੋਂ ਅੱਸਡੀਓ ਅਤੇ  
 ਅੱਸਡੀਓ ਤੋਂ ਐਕਸੀਅਨ ਵਜੋਂ ਕੋਈ ਵੀ  
 ਪਦਉਨਤੀ ਨਹੀਂ ਹੋਈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ  
 ਪੰਜਾਹ ਤੋਂ ਪੱਤ੍ਰੁਕ ਫੀਸਦ ਕੀਤੇ ਜਾਣ  
 ਵਾਲੇ ਤੱਤੋਂ ਕੋਂਟੇ ਸਬੰਧੀ ਕੋਈ  
 ਕਾਰਵਾਈ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ  
 ਕਿ ਅੱਸਡੀਓ ਨੂੰ ਸ਼ਡਰੀ ਭੱਤਾ ਦੇਣ ਦੀ  
 ਮੰਗ ਤਾਂ ਪੁਰੀ ਕੀ ਹੋਣੀ ਸਾਡੀ, ਸਗੋਂ  
 ਜਨੀਅਰ ਇੰਜਨੀਅਰ ਤੋਂ ਖੋਰੇ ਪੈਟੋਰੇਲ  
 ਭੱਤੇ ਦੀ ਬਹਾਲੀ ਲਈ ਵੀ ਕੋਈ ਕਦਮ  
 ਨਹੀਂ ਚੁੱਕਿਆ ਗਿਆ। ਇਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ

ਵਿਡਾਗ ਦੇ ਮੰਤਰੀ ਦੀ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ  
 ਮੱਨੀਆਂ ਮੰਗਾਂ ਵੀ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀਆਂ  
 ਗਈਆਂ। ਸੁਭਾਈ ਵਿੱਤ ਸਕੱਤਰ  
 ਕਮਰਜ਼ੀਤ ਮਾਨ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਸੀ ਕਿ  
 ਪੋਬੇਸ਼ਨ ਕਾਲ ਕਲੀਅਰ ਕਰਨ,  
 ਅੱਸਡੀਓ ਦੀਆਂ ਥੱਹਰੀਆਂ ਵਿੱਤੀ  
 ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਮੁੜ ਬਹਾਲ ਕਰਨ,  
 ਪਦਉਨਤੀ ਲਈ ਸਮਾਂ ਘੱਟ ਕਰਨ ਤੇ  
 ਨਾਨ ਗਜ਼ਿਟਡ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਮਸਲੇ ਮੁੱਖ  
 ਦਫ਼ਤਰ ਪਟਿਆਲਾ ਨੂੰ ਸ਼ਕਤੀ ਪਦਾਨ  
 ਕਰਨ ਸਣੇ ਹੋਰ ਮਸਲਿਆਂ ਦੇ ਹੱਲ ਪਤੀ  
 ਵੀ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਸੰਜੀਦਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।  
 ਵਿਡਾਗੀ ਮੁਖੀ ਕੀਤੇ ਲਿਖਤੀ  
 ਵਾਅਦਿਆਂ ਤੋਂ ਮੁਨਕਰ ਹੋ ਗਏ ਹਨ  
 ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਇੰਜਨੀਅਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰੋਸ਼ਨੀ।

# ਨਾਜਾਇਜ਼ ਕੇਸ ਕਰਨ ਵਿਚੁੱਧ ਕਿਸਾਨ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ



ਰੋਸ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਕਿਸਾਨ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਦੇ ਆਗੂ। ਫੋਟੋ ਤੇ ਵੇਰਵਾ : ਪ੍ਰੈਸ ਕੀ ਤਾਕਤ

ਪਾਤੜਾਂ, 31 ਜਨਵਰੀ  
-ਕੌਮੀ ਪੰਡਿਕਾ ਬਿਊਰੋ-  
ਸੋਸ਼ਲ ਵਰਕਰ ਭਾਨਾ ਸਿੱਧੁ 'ਤੇ  
ਜਾਜਾਇਜ਼ ਕੇਸ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੇ  
ਵਿਰੋਧ 'ਚ ਭਾਰਤੀ ਕਿਸਾਨ  
ਯੂਨੀਅਨ ਏਕਤਾ ਆਜ਼ਾਦ ਅਤੇ  
ਭਾਰਤੀ ਕਿਸਾਨ ਯੂਨੀਅਨ  
(ਕ੍ਰਾਂਤੀਕਾਰੀ) ਨੇ ਸਾਝੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਟੋਲ  
ਪਲਾਜ਼ਾ ਪੈਂਦ ਨੂੰ ਪਰਚੀ ਮੁਕਤ ਕਰ  
ਕੇ ਰੋਸ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ।  
ਭਾਰਤੀ ਕਿਸਾਨ ਯੂਨੀਅਨ  
(ਕ੍ਰਾਂਤੀਕਾਰੀ) ਦੇ ਬਲਾਕ ਪ੍ਰਾਨ  
ਬਿਕਰਮਜੀਤ ਸਿੱਖ ਅਰਨੈ, ਭਾਰਤੀ

ਕਿਸਾਨ ਯੂਨੀਅਨ ਏਕਤਾ (ਆਜ਼ਾਦ)  
ਦੇ ਕਿਸਾਨ ਆਗੂ ਯਾਦਵਿੰਦਰ ਸਿੱਖ  
ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪੈਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ  
ਸੁਬੇ ਦੇ ਹੱਕਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ  
ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲੇ ਦੀ ਭਾਵਨਾ  
ਤਹਿਤ ਜੇਲ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁੱਟਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ  
ਹੈ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੰਵਿਧਾਨ ਦੇ ਉਲਟ  
ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਬਲਣ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਹੋਗੀ  
ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਭਾਨਾ ਸਿੱਧੁ ਜੋ ਲੋਕਾਂ ਦੇ  
ਹੱਕਾਂ ਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਬੁਲਦੇ ਕਰਨ ਵਾਲਾ  
ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਹੈ, ਨੂੰ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਬਦਲਾਂਗੀ  
ਦੀ ਨੀਤੀ ਤਹਿਤ ਝੁਠੇ ਕੇਸ ਪਾ ਕੇ ਜੇਲ੍ਹ

ਵਿੱਚ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ  
ਚਿਤਾਵਨੀ ਦਿੱਤੀ ਕਿ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਲੋਕ  
ਮਾਰੂ ਨੀਤੀਆਂ ਬੰਦ ਨਾ ਕੀਤੀਆਂ ਤਾਂ  
ਸਰਕਾਰ ਵਿਰੁਧ ਵੱਡਾ ਅੰਦੇਲਨ ਸੁਰੂ  
ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਭਾਨਾ  
ਸਿੱਧੁ ਵਰਗੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਹੱਕ 'ਚ  
ਭਟਣ ਦਾ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਮੰਕੇ  
ਮਨਦੀਪ ਸਿੱਖ ਭੂਤਗੜ੍ਹ, ਗੁਰਮੈਲ  
ਸਿੱਖ, ਪ੍ਰੀਤਮ ਸਿੱਖ, ਅਮਰਿੰਦਰ ਸਿੱਖ  
ਘੁੱਗਾ, ਬਿੱਕਰ ਸਿੱਖ, ਨਿਸ਼ਾਨ ਸਿੱਖ  
ਬੁਰੜ, ਮਹਿੰਦਰ ਸਿੱਖ, ਕਰਨੈਲ ਸਿੱਖ,  
, ਕੇਹਰ ਸਿੱਖ, ਬਲਜੀਤ ਸਿੱਖ ਅਤੇ  
ਕਲਵੰਤ ਸਿੱਖ ਆਦਿ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

ਭਾਨਾ ਸਿੱਧੂ ਨੂੰ ਰਿਮਾਂਡ ਖਤਮ ਹੋਣ 'ਤੇ ਜੇਲ੍ਹ ਭੇਜਿਆ; ਕੁਝ ਦੇਰ  
ਮਗਰੋਂ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚੋਂ ਵੱਖਰੇ ਕੇਸ ਵਿਚ ਲੈ ਗਈ ਮੁਹਾਲੀ ਪੁਲੀਸ



ਜੱਜ ਸੂਨੀਅਰ ਡਿਵੀਜ਼ਨ ਪਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਦੀ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ। ਉਸ ਦੇ ਵਕੀਲਾਂ ਵਜੋਂ ਐਡਵੋਕੇਟ ਬੀ.ਐਸ.ਭੁਲਰ ਅਤੇ ਐਸ.ਐਸ.ਸੌਗੁ ਪੇਸ਼ ਹੋਏ। ਪੁਲੀਸ ਵੱਲੋਂ ਹੋਰ ਰਿਅਂਡ ਨਾ ਮੰਗਣ 'ਤੇ ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਜੇਲ੍ਹ ਭੇਜ ਦਿੱਤਾ ਪਰ ਡੇਬ ਕੁ ਘੁੰਠੇ ਮਹਾਰ ਉਸ ਨੂੰ ਪਟਿਆਲਾ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਮੁਹਾਲੀ ਪੁਲੀਸ ਲੈ ਗਈ। ਜਿਸ ਨੇ ਤੁਰਕ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਬਾਨਾ ਪਿਲਾਡ ਮੁਹਾਲੀ ਦੇ ਥਾਣਾ ਫੇਜ਼ ਇੱਕ ਚ ਧਾਰਾ 294, 386 ਅਤੇ 506 ਤਹਿਤ ਕੇਸ ਦਰਜ ਹੈ।

ਯਾਦ ਰਹੇ ਕਿ ਬਾਨਾ ਸਿੱਧੂ ਨੂੰ ਪਿਛਲੇ ਦਿਨੀ ਲੁਧਿਆਣਾ ਪੁਲੀਸ ਨੂੰ ਗਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਸੀ ਜਿਸ ਮਹਾਰੇਂ ਉਸ ਨੂੰ ਜੇਲ੍ਹ ਭੇਜ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਪਰ ਜ਼ਮਾਨਤ 'ਤੇ ਰਿਹਾਈ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ 26 ਜਨਵਰੀ 2024 ਨੂੰ ਉਸ ਨੂੰ ਪਟਿਆਲਾ ਪੁਲੀਸ ਲੈ ਆਈ। ਉਸ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ 20 ਜਨਵਰੀ 2024 ਨੂੰ ਪਟਿਆਲਾ ਵਾਸੀ ਤੇਜ਼ਪੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕੁਟਮਾਰ ਤੇ ਲੁੱਟ-ਖੋਹ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਰਜ ਕਰਵਾਈ ਸੀ ਜਿਸ ਦੀ ਪੜਤਾਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੇਸ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।

ਗਿਫ਼ਤਾਰੀ ਦੇ ਵਿਰੋਧ ਵਿੱਚ ਕੱਟਦੁੱਨਾ ਵਿੱਚ ਇੱਕਠਾ ਬਾਨਾ ਸਿੱਧੂ ਦੀ ਗਿਫ਼ਤਾਰੀ ਮਿਲਾਵ ਪਿੰਡ ਕੱਟਦੁੱਨਾ ਵਿੱਚ ਉਸ ਦੇ ਹਮਾਇਤੀਆਂ ਨੇ ਇੱਕਠਾ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਸਿਮਰਨਜੀਤ ਮਾਨ, ਸੁਖਪਾਲ ਸਿੰਘ ਖਹਿਰਾ, ਪਰਮਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਢੀਡਸਾ, ਇਕਬਾਲ ਸਿੰਘ ਝੂੰਦਾਂ, ਜਸਕਰਨ ਸਿੰਘ ਕਾਹਨ ਸਿੰਘ ਵਾਲਾ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕਿਸਾਨ ਯੂਨੀਅਨ ਦੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਜਗਸੀਰ ਸਿੰਘ ਝੀਨੀਵਾਲ ਅਤੇ ਲੱਭ ਸਿਧਾਣਾ ਨੇ

# ਬਹਿਬਲ-ਕੋਟਕਪੂਰਾ ਗੋਲੀ ਕਾਂਡ ਦੀ ਸੁਣਵਾਈ

## ਮੁਲਤਵੀ ਅਗਲੀ ਸੁਣਵਾਈ ਪੰਜ ਨੂੰ

વિધાઇક કુંવર વિજૈ પટાપ ને આપણી સરકાર 'તે સેયિઆ નિષાના



ਫਰੀਦਕੋਟ, 31 ਜਨਵਰੀ  
-ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਕਾ ਬਿਉਰੋ-  
ਇੱਥੇ ਅੱਜ ਸਪੈਸ਼ਲ ਜੱਜ ਰਜ਼ੀਵ  
ਕਾਲੜਾ ਦੀ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ  
ਕੋਟਕਪੂਰਾ ਅਤੇ ਬਹਿਬਲ ਗੋਲੀਕਾਂਡ  
ਦੀ ਸੁਣਵਾਈ ਹੋਈ। ਸੁਣਵਾਈ  
ਦੌਰਾਨ ਸਾਬਕਾ ਉਪ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ  
ਸੁਖਬੀਰ ਸਿੰਘ ਬਾਦਲ, ਸਾਬਕਾ  
ਡੀਜੀਪੀ ਸੁਮੇਧ ਸੈਣੀ, ਆਈਜੀ  
ਪਰਮਗਾਜ ਸਿੰਘ ਉਮਰਾਨਾਂ ਗਲ,  
ਸੁਖਮਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਅਤੇ ਬਾਕੀ  
ਮੁਲਜ਼ਮ ਵੀਡੀਓ ਕਾਨਫਰੰਸ ਰਾਹੀਂ  
ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਹੋਏ। ਸੁਖਬੀਰ  
ਬਾਦਲ ਵੱਲੋਂ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਹੋਏ  
ਸੀਨੀਅਰ ਵਕੀਲ ਆਰਐਸ ਚੀਮਾ ਨੇ  
ਕਿਹਾ ਕਿ ਘਟਨਾ ਵੇਲੇ ਸੁਖਬੀਰ ਬਾਦਲ  
ਕੋਟਕਪੂਰਾ ਜਾਂ ਬਹਿਬਲ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ  
ਨਹੀਂ ਸਨ ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਉਸਾਂ ਨੂੰ  
ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚੋਂ ਡਿਸਚਾਰਜ ਕਰਨ ਦੀ ਮੰਗ  
ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਤੇ ਅਦਾਲਤ



ਅਤੇ ਕਿਸ ਵੱਲੋਂ ਖਰਾਬ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੋਸ਼ ਲਾਇਆ ਕਿ ਕੁਝ ਮਾੜੇ ਅਕਸ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਪਾਰਟੀ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਖਰਾਬ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਉਧੀ ਸੋਨੀ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਭਤੀਜੇ ਵਿਕਾਸ ਸੋਨੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅੱਜ ਦੀ ਮੀਟਿੰਗ ਸਾਰਿਆਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਲੈਣ ਲਈ ਸੱਦੀ ਗਈ ਸੀ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਰੱਖਣ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕੁਝ ਸਮਰਥਕਾਂ ਵਿਚਾਲੇ ਆਪਸੀ ਤਕਰਾਰ ਹੋਈ ਹੈ ਪਰ ਜਲਦੀ ਹੀ ਮਾਮਲਾ ਸਾਂਤ ਕਰ ਲਿਆ ਗਿਆ। ਪੱਤਰਕਾਰਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਿੰਦਿਆਂ ਯਾਦਵ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਅੱਜ ਦੀ ਮੀਟਿੰਗ ਦਾ ਮੁੱਖ ਮਕਸਦ ਪਾਰਟੀ ਨੂੰ ਇਕਾਈ ਕਰਨਾ, ਪਾਰਦੀ ਆਗੂਆਂ ਤੇ ਵਰਕਰਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਣਾ ਅਤੇ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਹੱਲ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਦੇਵਿੰਦਰ ਯਾਦਵ ਨੇ ਨਵਜੋੜ ਸਿੱਖ ਸਿੱਧੂ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰੈਲੀਆਂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਕਾਂਗਰਸ ਦੇ ਪ੍ਰਾਨ ਅਮਰਿੰਦਰ ਸਿੱਖ ਰਾਜਾ ਵਿੰਡਿੰਗ ਵੱਲੋਂ ਇਸ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕਰਨ ਸਬੰਧੀ ਕੁਝ ਵੀ ਕਹਿਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਅੱਜ ਦੀ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਵੀ ਨਵਜੋੜ ਸਿੱਖ ਸਿੱਧੂ ਗੈਰ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ। ਪੰਜਾਬ ਕਾਂਗਰਸ ਦੇ ਪ੍ਰਾਨ ਅਮਰਿੰਦਰ ਸਿੱਖ ਰਾਜਾ ਵਿੰਡਿੰਗ ਨੇ ਵੀ ਸਿੱਧੂ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਕਹਿਣ ਤੋਂ ਗੁਰਸ਼ੀ ਕੀਤਾ। ਕਾਂਗਰਸ ਤੇ 'ਅਪ' ਦੇ ਗੱਠਜੋੜ ਬਾਰੇ ਮਾਨ ਦੇ ਬਿਆਨ ਦੀ ਕੋਈ ਅਹੀਮੀਅਤ ਨਹੀਂ: ਯਾਦਵ ਮੀਟਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਦੇਵੇਂਦਰ ਯਾਦਵ ਨੇ ਅਧਿਖਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਕਾਂਗਰਸ ਅਤੇ ਆਸ ਆਦਮੀ ਪਾਰਦੀ ਦੇ ਗੱਠਜੋੜ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਵੀ ਕਹਿਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ 'ਅਪ' ਦੇ ਸੁਪਰੀਮੋ ਅਰਵਿੰਦ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਨੂੰ ਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਭਗਵੰਤ ਮਾਨ ਦਾ ਬਿਆਨ ਕੋਈ ਅਹੀਮੀਅਤ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਕਹਿਣ ਦਾ ਕੋਈ ਅਧਿਕਾਰ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਭਗਵੰਤ ਮਾਨ ਨੇ ਕਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਲੋਕ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਦੌਰਾਨ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਦੀ ਕਾਂਗਰਸ ਨਾਲ ਗੱਠਜੋੜ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗੀ।

# ਤਿੰਨ ਨਸ਼ਾ ਤਸਕਰਾਂ ਦੀਆਂ ਛੇ ਸਹਿਜਿਦਾਵਾਂ ਮੀਲ



ਲੁਧਿਆਣਾ, 31 ਜਨਵਰੀ  
 -ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਕਾ ਬਿਊਰੋ-  
 ਇੱਥੇ ਅੱਜ ਸੰਯੁਕਤ ਕਿਸਾਨ ਮੌਰਚਾ  
 ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਪੰਜਾਬ ਦੀਆਂ 32  
 ਕਿਸਾਨ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਦੀ ਮੀਟਿੰਗ ਹੋਈ।  
 ਇਸ ਵਿੱਚ ਸੰਯੁਕਤ ਕਿਸਾਨ ਮੌਰਚਾ  
 ਅਤੇ ਟੋਰੇਡ ਯੂਨੀਅਨਾਂ ਦੇ ਤਾਲਮੇਲ ਵੱਲ  
 ਦਿੱਤੇ 16 ਫਰਵਰੀ ਦੇ ਭਾਰਤ ਬੰਦ ਦੇ  
 ਸੱਚੇ ਨੂੰ ਸਫਲ ਬਣਾਉਣ ਲਈ  
 ਤਿਆਰੀਆਂ ਵਿੱਚਦਿਣ ਖਾਤਰ ਵਿਚਾਰਾਂ  
 ਹੋਈਆਂ।

ਸ਼੍ਰੀਦ ਕਰਨੈਲ ਸਿੰਘ ਦੀਸਤੂ ਭਵਨ  
 ਵਿਖੇ ਹੋਈ ਮੀਟਿੰਗ ਦੀ ਪ੍ਰਾਨਗੀ  
 ਬਲਬੀਰ ਸਿੰਘ ਰਾਜੇਵਾਲ, ਨਿਰਤੇ ਸਿੰਘ  
 ਛੁੱਟੀਕੇ ਅਤੇ ਸੰਗਵੀਰ ਸਿੰਘ ਚੌਹਾਨ ਨੇ  
 ਕੀਤੀ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ 16 ਫਰਵਰੀ ਦੇ  
 ਬੰਦ ਨੂੰ ਸਫਲ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵੱਖ-  
 ਵੱਖ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਉਲੀਕਿਅਤਾਂ ਕਿਸਾਨ  
 ਆਗੂਆਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ

ਲਗਾਈਆਂ ਗਈਆਂ ਸਮਾਜ ਦੇ ਸਾਡੇ  
 ਵਰਗਾਂ ਅਤੇ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਨਾਲ  
 ਤਾਲਮੇਲ ਕਰਨ ਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਲੈਣ ਲਈ  
 31 ਜਨਵਰੀ ਨੂੰ ਲੁਧਿਆਣਾ ਵਿੱਚ  
 ਮੀਟਿੰਗ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ  
 ਗਿਆ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਾਮੀਲ ਹੋਣ ਲਈ  
 ਆਂਡੂਝੀ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨਾਂ, ਟਰਾਂਸਪੋਰਟ  
 ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ, ਟੋਰੇਡ ਯੂਨੀਅਨਾਂ  
 ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਨੌਜਵਾਨ, ਅੰਦਰ ਅਤੇ  
 ਮਲਾਜ਼ਮ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਨੂੰ ਸੰਦਾ ਭੇਜਿਆ  
 ਗਿਆ। ਇਸੇ ਤੁਹਾਂ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਪਿਛਾ  
 ਪੱਧਰ ਤੱਕ ਲਾਗੂਬੰਦੀ ਲਈ 9 ਫਰਵਰੀ  
 ਨੂੰ ਤਹਿਸੀਲ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਰੇਸ ਮਾਰਚ ਕਰਨ  
 ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਵੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਮੀਟਿੰਗ ਦੌਰਾਨ 32 ਕਿਸਾਨ  
 ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਨੇ ਬੰਦ ਨੂੰ ਸਫਲ ਕਰਨ  
 ਲਈ 16 ਫਰਵਰੀ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਲਾ ਤੇ  
 ਤਹਿਸੀਲ ਕੇਂਦਰਾਂ ਦੀਆਂ ਮੁੱਖ ਸੜਕਾਂ  
 ਅਤੇ ਚੌਕਾਂ 'ਤੇ ਵੱਡੇ ਇਕੱਠ ਕਰਕੇ ਜਾਮ

ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਵੀ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਸਰਬਸੰਸਤੀ ਨਾਲ ਫੈਸਲਾ ਕਰਕੇ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪਾਣੀਆਂ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਮੁੱਦਿਆਂ, ਕਰਜ਼ਾ ਮੁਕਤੀ, ਸੰਘ ਦੀ ਉਪਰ ਹੋ ਰਹੇ ਹਮਲਿਆਂ ਕਾਰਨ ਸੁਥੇ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ 'ਤੇ ਵੱਡੇ ਰਹੀ ਸੱਟ ਅਤੇ ਔਮੱਖੀਅਸਪੀ ਦੇ ਸਵਾਲ 'ਤੇ ਭਵਿੱਖੀ ਸੰਘਰਸ਼ ਦੀ ਅਗਲੀ ਰਣਨੀਤੀ ਘੱਟਨਾ ਲਈ 18 ਫਰਵਰੀ ਨੂੰ ਢੰਡੀਗੜ੍ਹ ਵਿੱਖੋਂ ਮੀਟਿੰਗ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ? ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਡਾ. ਦਰਸ਼ਨਪਾਲ, ਪਰਮਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਪਾਲ ਮਾਜਰਾ, ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ ਨਿਹਾਲਗੜ, ਬੂਟਾ ਸਿੰਘ ਬੁਰਜਿੰਲ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

ਇੱਲੋਂ ਮੰਦੇਸ਼ਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਲਈ ਵਿਸਾਂ ਦੇ ਵੈਦਾ ਤੋਂ ਪਾਏ ਹਨ:

ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੇ ਕਦਰ ਦੁ ਪੁਲੜ੍ਹੁਕ  
ਕਿਸਾਨ ਮਜ਼ਦੂਰ ਮੇਰਚਾ ਰੀਅਮਾਂ 16  
ਜਥੇਬੈਠੀਆਂ ਅਤੇ ਸੰਯੁਕਤ ਕਿਸਾਨੀ  
ਮੇਰਚਾ ਗੈਰ ਰਾਜਨੀਤਿਕੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ  
ਹੋਣ ਅੱਜ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੇ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ  
ਦੇ ਪੁਲੜ੍ਹੁਕੇ। ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨਾਂ ਦੌਰਾਨ  
ਕਿਸਾਨ ਆਖਾਂ ਨੇ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਦਿਆਂ  
ਕਿਹਾ ਕਿ ਲੱਕੜਤਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਂਤਮੰਦੀ  
ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ  
ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਨੂੰ ਉਖਾੜਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਅਸਲ  
ਮਾਅਨਿਕਾਂ ਵਿੱਚ ਲੋਕਤੰਤਰ ਨੂੰ  
ਉਖਾੜਨ ਦਾ ਹੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਯਤਨ  
ਸੀ, ਜੋ ਸਫਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਿਆ ਪਰ ਇਸਾ  
ਦੇ ਦੋਸ਼ੀ ਅੱਜ ਵੀ ਆਜ਼ਾਦ ਪੰਮ ਰਹੇ  
ਜਦੋਂ ਅੱਜ ਦੋਸ਼ੀ ਹੋਵੇਗੀ, ਕਿਹੜੀ

-ਕਮਾ ਪਾਂਡ੍ਰਕਾ ਬਿਛੂਰ-  
ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਅਦਾਲਤੀ ਹੁਕਮਾਂ ਦੇ  
ਆਪਾਰ 'ਤੇ ਤਿੰਨ ਨਸ਼ਾ ਤਸਕਰਾਂ ਦੀਆਂ  
ਛੇ ਅਚੱਲ ਜਾਇਦਾਦਾਂ ਸੀਲ ਕੀਤੀਆਂ  
ਹਨ। ਇਹ ਕਾਰਵਾਈ ਡੀਐਸਪੀ ਨੇਹਾ  
ਅਗਰਵਾਲ ਅਤੇ ਥਾਣਾ ਸਿਟੀ ਮੁਖੀ  
ਜੀ ਐਸ ਸਿੰਕਦਾਰ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੋਣ  
ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਉਸ ਬਿਲਾਫ਼ ਛੇ  
ਮਾਮਲੇ ਦਰਜ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੱਗੇ  
ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪਿੰਡ ਗਾਜ਼ਵਸ਼ ਵਿੱਚ  
ਕਿਸ਼ਾਨਾ ਰਾਣੀ ਉਰਦ ਗੁੱਡੀ ਦੀ 29  
ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦੀ ਪਾਪਰਤੀ ਸੀਲ ਕੀਤੀ  
ਹੈ। ਇਜ਼ ਹੁਣ ਤੱਕ ਕੁਲ 1 ਕਰੋੜ  
40 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਟੀਆਂ  
ਥਾਣਾ ਸਮਾਂਨਾ ਅਧੀਨ ਸੀਲ  
ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ  
ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਜਾਂ  
ਗੁਰਾਂ ਵਿਖੇ ਸਿੰਘਾਂ ਲੱਗਾਂ

# ਤਿੰਨ ਨਸ਼ਾ ਤਸਕਰਾਂ ਦੀਆਂ ਛੇ ਜਾਇਦਾਦਾਂ ਸੀਲ



ਸਮਾਣਾ, 31 ਜਨਵਰੀ ਕੀਤੇ ਗਏ ਜਿਸ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਨਾ

# ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਸਿਹਤ ਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਪੁਡੀ ਗੰਡੀਰ: ਵਿਧਾਇਕ ਰਾਏ



**ਫਤਹਿਗੜ੍ਹ ਸਾਹਿਬ, 31 ਜਨਵਰੀ**  
**-ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਹੁਰੋ-**  
 ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਖੇਡਾਂ ਵੱਲ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਸਾਂ ਨੂੰ ਮੈਦਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਹੋਏ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਹੁਣ ਬੁਝਤ ਸਾਰੇ ਨਵੇਂ ਬਿਡਾਰੀ ਖੇਡ ਮੈਦਾਨਾਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਕਟਿਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਹ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਫਤਹਿਗੜ੍ਹ ਸਾਹਿਬ ਹਲਕੇ ਦੇ ਵਿਧਾਇਕ ਐਡਵੋਕੇਟ ਲਭਵੀਰ ਸਿੰਘ ਰਾਏ ਨੇ ਪਿਛੇ ਦੇ ਟਰੇਨਿੰਗ ਕੈਪ ਦੌਰਾਨ ਬਿਡਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸੰਚਾਰਨ ਕਰਦਿਆਂ ਕੀਤਾ। ਉਸਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਸਿੰਖਿਆ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਤੀ ਬੁਝਤ ਗੰਬੀਰ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਸਿੰਖਿਆ ਨੀਤੀ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੁਹਲਤਾਂ ਵੱਲ ਖਾਸ ਧਿਆਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਨਾਲ ਹੀ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਜਵਾਨੀ ਨੂੰ ਨਾਸੇ ਵਰਗੀਆਂ ਬੁਗਾਈਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਖੇਡ ਮੈਦਾਨਾਂ ਵੱਲ ਲਿਆ ਰਹੀ ਹੈ। ਉਸਾਂ ਕੋਂਚਾਂ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹੈ। ਵਰਨਣਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਕਬੱਦੀ ਐਸੋਸਿਏਸ਼ਨ ਵੱਲੋਂ 15 ਰੋਜ਼ਾਂ ਟਰੇਨਿੰਗ ਕੈਪ ਪਿਛ ਸਿੰਪੂਰ ਅਤੇ ਸਾਨੀਪਰ ਵਿੱਚ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਟਰੇਨਿੰਗ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਬਿਡਾਰੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਬੱਦੀ ਦੀ ਟੀਮ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਜੋ ਨੈਸ਼ਨਲ ਚੈਪੀਅਨਸ਼ਿਪ ਦੇ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲਵੇਗੀ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਕਬੱਦੀ ਕੋਚ ਪਰਮ ਸਿੰਘ, ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ ਬਿੱਤ, ਇੰਦਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸਾਠੀਪੁਰ, ਨੱਤੀ ਸੌਂਚਾ

# ਇਲੀਟ ਕਲਬ ਇੰਡੀਅਨੈਸ਼ਨਲ ਨੇ ਕਰਵਾਇਆ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਪ੍ਰਗਾਰਾਮ





