

ਕਿਸ਼ਕ ਖਰ ਮੇਂ ਸਕਸੇ
ਯਾਦਾ ਪਠਾ ਜਾਨੇ ਕਾਲਾ

ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ

ਵਿਲੀ, ਹਿਮਾਚਲ, ਹਰਿਆਣਾ, ਪੰਜਾਬ, ਉਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼, ਉਤਰਾਖੰਡ ਸੇ ਪ੍ਰਸਾਰਿਤ।

Saturday, 30 March 2024

Punjabi National Daily

Qaumi Patrika NO.1

VISIT:
www.qaumpatrika.org
Email: qpatrika@gmail.com

R.N.I. No. 39272/81-

ਸੰਪਾਦਕ - ਗੁਰਚਰਨ ਸਿੰਘ ਬੱਬਰ

ਸਾਲ - 42, ਅੰਕ 129.

qpatrika@gmail.com ਫੋਨ : 9971359517 www.qaumpatrika.org

ਮੋਦੀ ਨੇ ਬਿਲ ਗੇਟਸ ਨੂੰ ਕਿਹਾ- ਖੇਤੀਬਾੜੀ, ਸਿੱਖਿਆ, ਸਿਹਤ 'ਚ ਵੱਡੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਤਕਨਾਲੋਜੀ

ਸਿਮੀ ਕੌਰ ਬੱਬਰ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 29 ਮਾਰਚ। ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਨੇ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਨੂੰ ਖੇਤੀਬਾੜੀ, ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਖੇਤਰਾਂ ਵਜੋਂ ਪਛਾਣਿਆ ਜਿਥੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਵੱਡੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮੋਦੀ ਨੇ ਮਾਈਕ੍ਰੋਸਾਫਟ ਦੇ ਸਹਿ-ਸੰਸਥਾਪਕ ਬਿਲ ਗੇਟਸ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ 'ਚ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਦੁਨੀਆ 'ਚ ਡਿਜੀਟਲ ਵੱਡੇ ਖੇਤਰਾਂ 'ਚ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਹੋਣ ਦੇਣਗੇ। ਉਸਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਸਰਵਾਈਕਲ ਕੌਸ਼ਲ 'ਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਘੱਟ ਲਾਗਤ ਦੇ ਠੀਕ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਥਾਨਕ ਖੋਜ ਲਈ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੂੰ ਫੰਡ ਅਲਾਟ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਨਵੀਂ ਸਰਕਾਰ ਟੀਕਾਕਰਨ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰੇਗੀ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਸਾਰੀਆਂ ਲੜਕੀਆਂ ਲਈ। ਮੋਦੀ ਨੇ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਭਰੋਸਾ ਜਤਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਮ ਚੋਣਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲਗਾਤਾਰ ਤੀਜੀ ਵਾਰ ਸੱਤਾ 'ਚ ਵਾਪਸੀ ਕਰਨਗੇ। ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਡਿਜੀਟਲ ਜਨਤਕ ਬੁਨਿਆਦੀ ਢਾਂਚੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਸ 'ਤੇ ਗੇਟਸ ਨੇ ਕਿਹਾ



ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਬਿਲਗੇਟਸ ਨੂੰ ਸਟੀਲ ਵਰਗੇ ਮਾਪਦੰਡ ਬਦਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਜਲਵਾਯੂ ਵਿਰੋਧੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਬਜਾਏ ਹਰੀ ਜੀਭੀਪੀ ਅਤੇ ਹਰੀਆਂ ਨੌਕਰੀਆਂ ਵਰਗੀਆਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਨੂੰ

ਅਪਣਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਆਰਟੀਫੀਸ਼ੀਅਲ ਇੰਟੈਲੀਜੈਂਸ (ਏ.ਆਈ.) ਦੇ ਮੁੱਦੇ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰਦਿਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਜਾਦੂਈ ਸਾਧਨਾਂ ਜਾਂ ਕੁਝ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਆਲਸ ਦੇ ਬਦਲ ਵਜੋਂ ਨਹੀਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਨੇ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤਾ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਜੀ-20 ਸੰਮੇਲਨ ਵਿੱਚ ਭਾਸ਼ਣਾਂ ਦਾ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਨ ਲਈ ਏ.ਆਈ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਕਈ ਸਮਾਗਮਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਸੰਬੰਧਨ ਵੀ ਦਿੱਤੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਚੈਟਜੀਪੀਟੀ ਵਰਗੀ ਤਕਨੀਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਏ.ਆਈ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਮੋਦੀ ਨੇ ਗੇਟਸ ਨੂੰ ਨਮੋ ਐਂਪ ਰਾਹੀਂ ਸੈਲਫੀ ਲੈਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਅਤੇ ਫਿਰ ਦਿਖਾਇਆ ਕਿ ਚਿਰਚੇ ਦੀ ਪਛਾਣ ਤਕਨੀਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਇਸਦਾ ਪਤਾ ਕਿਵੇਂ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮੋਦੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੇ ਲੋਕਤੰਤਰੀਕਰਨ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਖਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਸਭ ਨੂੰ ਬਰਾਬਰ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਨੂੰ ਪਿੱਛਾ ਤੱਕ ਲੈ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ।

ਸਰਹੱਦੀ ਵਿਵਾਦ 'ਤੇ ਭਾਰਤ-ਚੀਨ ਦੀ ਬੈਠਕ, ਐੱਲ. ਏ. ਸੀ. ਤੋਂ ਫੌਜਾਂ ਹਟਾਉਣ 'ਤੇ ਹੋਈ ਚਰਚਾ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, 29 ਮਾਰਚ। ਭਾਰਤ-ਚੀਨ ਸਰਹੱਦੀ ਮਾਮਲਿਆਂ 'ਤੇ ਸਾਲਾਂ ਅਤੇ ਤਾਲਮੇਲ ਲਈ ਕਾਰਜ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ 29ਵੀਂ ਮੀਟਿੰਗ ਹੋਈ ਅਤੇ ਦੋਵਾਂ ਧਿਰਾਂ ਨੇ ਇਸ 'ਚ ਅਸਲ ਕੇਂਦਰਿਕ ਰੋਕ ਐੱਲ. ਏ. ਸੀ. ਤੋਂ ਫੌਜੀਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਟਾਉਣ ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਕੀਤਾ। ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰਾਲਾ ਨੇ ਵੀਰਵਾਰ ਨੂੰ ਇਕ ਬਿਆਨ 'ਚ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਬਿਆਨ 'ਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਬੈਠਕ ਬੀਜਿੰਗ 'ਚ ਹੋਈ। ਮੰਤਰਾਲਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਦੋਵਾਂ ਧਿਰਾਂ ਨੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਡੂੰਘਾਈ ਨਾਲ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਕਿ ਭਾਰਤ-ਚੀਨ ਸਰਹੱਦੀ ਖੇਤਰਾਂ ਦੇ ਪੱਛਮੀ ਸੈਕਟਰ 'ਚ ਐੱਲ. ਏ. ਸੀ. ਤੋਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਫੌਜੀਆਂ ਦੀ ਵਾਪਸੀ ਕਿਵੇਂ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਬਕਾਇਆ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰਾਲਾ ਦੇ ਸੰਯੁਕਤ ਸਕੱਤਰ (ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਏਸ਼ੀਆ) ਨੇ ਭਾਰਤੀ ਵਫਦ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕੀਤੀ। ਬਿਆਨ 'ਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਚੀਨੀ ਵਫਦ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਚੀਨੀ ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰਾਲਾ ਦੇ ਸਰਹੱਦਾਂ ਅਤੇ ਸਮੁੰਦਰ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਨੇ ਕੀਤੀ।



ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰਾਲਾ ਦੇ ਸੰਯੁਕਤ ਸਕੱਤਰ (ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਏਸ਼ੀਆ) ਨੇ ਭਾਰਤੀ ਵਫਦ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕੀਤੀ। ਬਿਆਨ 'ਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਚੀਨੀ ਵਫਦ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਚੀਨੀ ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰਾਲਾ ਦੇ ਸਰਹੱਦਾਂ ਅਤੇ ਸਮੁੰਦਰ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਨੇ ਕੀਤੀ।

ਭਾਰਤ-ਚੀਨ ਸਰਹੱਦ 'ਤੇ 7 ਹਜ਼ਾਰ ਫੁੱਟ 'ਤੇ ਹੋਵੇਗਾ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਚਾ ਪੌਲਿੰਗ ਬੂਥ

ਨੈਨੀਤਾਲ 29 ਮਾਰਚ। ਉੱਤਰਾਖੰਡ ਦੀ ਚੀਨ ਸਰਹੱਦ ਨਾਲ ਲੱਗਦੀ ਪਿਥੋਰਾਗੜ੍ਹ ਜਿਲ੍ਹੇ ਦੀ ਧਾਰਚੂਲਾ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਵੇਟਿੰਗ ਦੇ ਲਿਹਾਜ਼ ਨਾਲ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਚੇ ਪੌਲਿੰਗ ਬੂਥ ਅਜਿਹਾ ਵੀ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਪੌਲਿੰਗ ਕਰਮੀ ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਰਵਾਨਾ ਹੋਣਗੇ, ਜਦਕਿ ਅਜਿਹੇ ਹੀ 63 ਬੂਥਾਂ 'ਤੇ ਦੋ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਰਵਾਨਾ ਹੋਣਗੇ। ਪਿਥੋਰਾਗੜ੍ਹ ਜਿਲ੍ਹੇ 'ਚ ਧਾਰਚੂਲਾ, ਡੀਭੀਗਟ, ਪਿਥੋਰਾਗੜ੍ਹ ਅਤੇ ਗੰਗੋਲੀਗਟ ਸਣੇ ਕੁੱਲ 4 ਵਿਧਾਨ ਸਭਾਵਾਂ ਵਿਚ ਕੁੱਲ 611 ਪੌਲਿੰਗ ਬੂਥ ਬਣਾਏ ਗਏ ਹਨ। ਧਾਰਚੂਲਾ ਵਿਚ ਕੁੱਲ 160, ਡੀਭੀਗਟ 'ਚ 144, ਪਿਥੋਰਾਗੜ੍ਹ 'ਚ 151 ਜਦਕਿ ਗੰਗੋਲੀਗਟ 'ਚ 156 ਪੌਲਿੰਗ ਬੂਥ ਬਣਾਏ ਗਏ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਧਾਰਚੂਲਾ ਦਾ ਨਵਾਂ ਪੌਲਿੰਗ ਬੂਥ 7000 ਫੁੱਟ ਦੀ ਉੱਚਾਈ 'ਤੇ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਪੌਲਿੰਗ ਕਰਮੀਆਂ ਨੂੰ 14 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਦਾ ਬਹੁਤ ਔਖਾ ਰਸਤਾ ਪਾਰ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਜਿਲ੍ਹਾ ਚੋਣ ਦਫਤਰ ਤੋਂ ਮਿਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਤਾਬਕ ਵੋਟ ਕਰਮੀ ਇੱਥੇ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਰਵਾਨਾ ਹੋਣਗੇ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ 63 ਪੌਲਿੰਗ ਬੂਥਾਂ 'ਤੇ ਪੌਲਿੰਗ ਕਰਮੀ ਦੋ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਰਵਾਨਾ ਹੋਣਗੇ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਧਾਰਚੂਲਾ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ 48, ਪਿਥੋਰਾਗੜ੍ਹ ਦੇ 11 ਅਤੇ ਡੀਭੀਗਟ ਦੇ 4 ਪੌਲਿੰਗ ਬੂਥ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਪੌਲਿੰਗ ਕਰਮੀ ਇਕ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੀ ਪੌਲਿੰਗ ਬੂਥ ਲਈ ਰਵਾਨਾ ਹੋਣਗੇ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨੈਨੀਤਾਲ ਜਿਲ੍ਹੇ ਦਾ ਭੀਮਤਾਲ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਹਲਕਾ ਚੋਣ ਦਿਸਤੀਕੋਣ ਤੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਅਧਿਕ ਹੈ। ਨੈਨੀਤਾਲ ਜਿਲ੍ਹੇ ਦੇ 6 ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਹਲਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੁੱਲ 1010 ਪੌਲਿੰਗ ਸਟੇਸ਼ਨ ਬਣਾਏ ਗਏ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਭੀਮਤਾਲ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਦੇ 57 ਪੌਲਿੰਗ ਬੂਥ ਹਨ, ਜਿੱਥੋਂ ਪੌਲਿੰਗ ਪਾਰਟੀਆਂ ਦੋ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਰਵਾਨਾ ਹੋਣਗੀਆਂ ਜਦਕਿ 953 ਪੌਲਿੰਗ ਬਾਵਾਂ ਲਈ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਰਵਾਨਾ ਹੋਣਗੀਆਂ।

ਲੋਕ ਸਭਾ ਚੋਣ ਲੜਣ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਪਰਨੀਤ ਕੌਰ ਦਾ ਵੱਡਾ ਬਿਆਨ

ਪਟਿਆਲਾ 29 ਮਾਰਚ। ਲੋਕ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਪਟਿਆਲਾ ਤੋਂ ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰ ਪਰਨੀਤ ਕੌਰ ਦਾ ਵੱਡਾ ਬਿਆਨ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਉਹ ਚੋਣ ਲੜਣਗੇ ਤਾਂ ਪਟਿਆਲਾ ਤੋਂ ਹੀ ਲੜਣਗੇ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲਾ ਪਾਰਟੀ ਹਾਈਕਮਾਨ ਵੱਲੋਂ ਹੀ ਲਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਪੱਤਰਕਾਰਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਦੌਰਾਨ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਭਾਰਤੀ ਜਨਤਾ ਪਾਰਟੀ ਵੱਲੋਂ ਲੋਕ ਸਭਾ ਚੋਣ ਲੜਣ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਿਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਪਾਰਟੀ ਹਾਈਕਮਾਨ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਕਿਸ ਨੂੰ ਟਿਕਟ ਦੇਣੀ ਹੈ। ਪਟਿਆਲਾ ਤੋਂ ਚੋਣ ਲੜਣ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਣ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪਟਿਆਲਾ ਮੇਰਾ ਘਰ ਹੈ ਤੇ ਜੇ ਮੈਂ ਚੋਣ ਲੜਾਂਗੀ ਤਾਂ ਪਟਿਆਲਾ ਤੋਂ ਹੀ ਲੜਾਂਗੀ। ਦੱਸ ਦਈਏ ਕਿ ਪਰਨੀਤ ਕੌਰ ਕਾਂਗਰਸ ਵੱਲੋਂ ਪਟਿਆਲਾ ਤੋਂ ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰ ਹਨ ਤੇ ਕੁਝ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਉਹ ਭਾਰਤੀ ਜਨਤਾ ਪਾਰਟੀ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਗਏ ਸਨ। ਇਸ ਮਗਰੋਂ ਲਗਾਤਾਰ ਕਿਆਸਅਰਾਈਆਂ ਹਨ ਕਿ ਭਾਰਤੀ ਜਨਤਾ ਪਾਰਟੀ ਵੱਲੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਚੋਣ ਮੈਦਾਨ ਵਿਚ ਉਤਾਰਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸ਼ਿਵ ਸੈਨਾ (ਯੂ. ਬੀ. ਟੀ.) ਨੇ 5 ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰਾਂ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਪ੍ਰਗਟਾਇਆ, ਪਹਿਲੀ ਸੂਚੀ 'ਚ 17 ਉਮੀਦਵਾਰਾਂ ਦੇ ਨਾਂ

ਨਵਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸ਼ਾਹਨੀ
ਮੁੰਬਈ, 29 ਮਾਰਚ। ਸ਼ਿਵ ਸੈਨਾ (ਯੂ. ਬੀ. ਟੀ.) ਨੇ ਲੋਕ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਲਈ ਖੁੱਬਵਾਰ 17 ਉਮੀਦਵਾਰਾਂ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਸੂਚੀ ਜਾਰੀ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਸੂਬੇ ਦੀਆਂ ਕੁੱਲ 22 ਸੀਟਾਂ ਤੇ ਚੋਣ ਲੜੇਗੀ। ਪਾਰਟੀ ਨੇ ਸਾਬਕਾ ਕੇਂਦਰੀ ਮੰਤਰੀ ਅਨੰਤ ਗੀਤੇ ਨੂੰ ਰਾਏਗੜ੍ਹ ਤੇ ਅਰਵਿੰਦ ਸਾਵੰਤ ਨੂੰ ਦੱਖਣੀ ਮੁੰਬਈ ਲੋਕ ਸਭਾ ਸੀਟ ਤੋਂ ਆਪਣਾ ਉਮੀਦਵਾਰ ਐਲਾਨਿਆ ਹੈ। ਪਾਰਟੀ ਨੇ ਸਿਮਾਦ ਪੁਰਾ ਰਹੇ ਸਾਰੇ 5 ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਮੈਦਾਨ 'ਚ ਉਤਾਰਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰ ਅਰਵਿੰਦ ਸਾਵੰਤ (ਦੱਖਣੀ

ਸ਼ਿਵ ਸੈਨਾ (ਯੂ. ਬੀ. ਟੀ.) ਨੇ 5 ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰਾਂ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਪ੍ਰਗਟਾਇਆ, ਪਹਿਲੀ ਸੂਚੀ 'ਚ 17 ਉਮੀਦਵਾਰਾਂ ਦੇ ਨਾਂ

ਮੁੰਬਈ), ਗਜਨ (ਠਾਣੇ), ਵਿਨਾਇਕ ਰਾਉਤ (ਰਤਨਾਗਿਰੀ-ਸਿੰਧੂਦਰਗ), ਉਮਰਾਜੇ ਨੇ ਮੁੰਬਈ ਤੋਂ 4 ਉਮੀਦਵਾਰ ਖੜ੍ਹੇ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਕਾਂਗਰਸ ਦੀ ਮਹਾਰਾਸਟਰ ਇਕਾਈ ਨੇ ਸ਼ਿਵ ਸੈਨਾ (ਉਪਵ ਬਾਲਾ ਸਾਹਿਬ ਠਾਕਰੇ) ਵੱਲੋਂ ਭਿਵੰਡੀ, ਮੁੰਬਈ ਦੱਖਣੀ-ਮੱਧ ਤੇ ਸਾਂਗਲੀ ਲੋਕ ਸਭਾ ਸੀਟਾਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਉਮੀਦਵਾਰਾਂ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕਰਨ 'ਤੇ ਇਤਰਾਜ਼ ਜਤਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮਹਾਂਵਿਕਾਸ ਆਘਾਣੀ (ਐੱਮ. ਵੀ. ਏ.) ਦੀਆਂ ਭਾਈਵਾਲ ਪਾਰਟੀਆਂ ਨੂੰ ਗੱਠਜੋੜ ਧਰਮ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਮਹਾਰਾਸਟਰ 'ਚ ਕਾਂਗਰਸ ਵਿਧਾਇਕ ਦਲ ਦੇ ਨੇਤਾ ਬਾਲਾਸਾਹਿਬ ਥੋਰਾਟ ਨੇ ਸ਼ਿਵ ਸੈਨਾ (ਯੂ. ਬੀ. ਟੀ.) ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਫੈਸਲੇ 'ਤੇ ਮੁੜ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗੀ ਸੰਜੇ ਨਿਰੂਪਮ ਨੇ ਵਧੇਰੇ ਹਮਲਾਵਰ ਰੁਖ ਅਪਣਾਇਆ ਤੇ ਉਪਵ ਠਾਕਰੇ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਾਲੀ ਸ਼ਿਵ ਸੈਨਾ ਨੂੰ ਮੁੰਬਈ ਦੀਆਂ ਵਧੇਰੇ ਸੀਟਾਂ ਹਥਿਆਉਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦੇਣ ਲਈ ਕਾਂਗਰਸ ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ 'ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਵਿੰਨ੍ਹਿਆ।

ਨਿਬਲਕਰ (ਧਾਰਸ਼ਿਵ) ਤੇ ਸੰਜੇ ਜਾਧਵ (ਪਰਭਨੀ) ਹਨ। ਪਾਰਟੀ ਨੇਤਾ ਸੰਜੇ ਰਾਉਤ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸ਼ਿਵ ਸੈਨਾ (ਯੂ. ਬੀ. ਟੀ.) ਨੇ ਮੁੰਬਈ ਦੱਖਣੀ-ਮੱਧ ਸੀਟ ਤੋਂ ਗਜਨ ਸਾਹੂ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਅਨਿਲ ਦੇਸਾਈ ਨੂੰ ਚੋਣ ਮੈਦਾਨ 'ਚ ਉਤਾਰਿਆ ਹੈ। ਦੇਸਾਈ ਦਾ ਕਾਰਜਕਾਲ ਅਗਲੇ ਮਹੀਨੇ ਖਤਮ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਹੈ। ਪਾਰਟੀ

ਮਨੀਸ਼ ਤਿਵਾੜੀ ਦੇ ਭਾਜਪਾ 'ਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦਾ ਜਾਣੇ ਸੱਚ

ਜਨਲੋ 29 ਮਾਰਚ। ਲੋਕ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਸਿਆਸਤ ਵਿਚ ਜੋੜ-ਤੋੜ ਦਾ ਸਿਲਸਿਲਾ ਲਗਾਤਾਰ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਰਮਿਆਨ ਕਾਂਗਰਸ ਦੇ ਸ਼੍ਰੀ ਅਨੰਦਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਤੋਂ ਐੱਮ. ਪੀ. ਮਨੀਸ਼ ਤਿਵਾੜੀ ਨੇ ਭਾਜਪਾ 'ਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੀਆਂ ਖਬਰਾਂ ਦਾ ਖੰਡਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। 'ਜਗਬਾਣੀ' ਨਾਲ ਫੋਨ 'ਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦਿਆਂ ਤਿਵਾੜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਸਾਰੀਆਂ ਖਬਰਾਂ ਝੂਠੀਆਂ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਕਾਂਗਰਸ ਨਹੀਂ ਛੱਡਣਗੇ। ਗੋਰਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਮਨੀਸ਼ ਤਿਵਾੜੀ ਸ਼੍ਰੀ ਅਨੰਦਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਤੋਂ ਚੋਣ ਲੜਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਜਦਕਿ ਪਾਰਟੀ ਵੱਲੋਂ ਅਜੇ ਤਕ ਉਮੀਦਵਾਰ ਨਹੀਂ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਥੇ ਇਹ ਵੀ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੱਸਣਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਕਾਂਗਰਸ ਦੇ ਲੁਧਿਆਣਾ ਤੋਂ ਮੌਜੂਦਾ ਐੱਮ. ਪੀ. ਰਵੀਨੰਦ ਸਿੰਘ ਬਿੱਟੂ ਬੀਤੇ ਦਿਨੀਂ ਭਾਜਪਾ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਇਸ ਦਰਮਿਆਨ ਸਿਆਸੀ ਗਲਿਆਰਿਆਂ ਵਿਚ ਚਰਚਾ ਸੀ ਕਿ ਮਨੀਸ਼ ਤਿਵਾੜੀ ਵੀ ਭਾਜਪਾ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਅਟਕਲਾਂ 'ਤੇ ਵਿਰਾਮ ਲਗਾਉਂਦਿਆਂ ਤਿਵਾੜੀ ਨੇ ਆਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਾਂਗਰਸ ਨਹੀਂ ਛੱਡਣਗੇ।

ਇਹ ਰਾਜਨੀਤਕ ਸਾਜਿਸ਼, ਜਨਤਾ ਦੇਵੇਗੀ ਜਵਾਬ: ਕੇਜਰੀਵਾਲ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 29 ਮਾਰਚ। ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਸ਼ਰਾਬ ਨੀਤੀ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਅਰਵਿੰਦ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਈ.ਡੀ. ਦੀ ਟੀਮ ਰਾਉਜ ਐਵੇਨਿਊ ਕੋਰਟ ਪਹੁੰਚ ਗਈ ਹੈ। ਕੋਰਟ ਦੇ ਬਾਹਰ ਮੀਡੀਆ ਦੇ ਸਵਾਲ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਰਾਜਨੀਤਕ ਸਾਜਿਸ਼ ਹੈ ਅਤੇ ਜਨਤਾ ਇਸ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਵੇਗੀ। ਕੋਰਟ 'ਚ ਦਿੱਲੀ ਦੇ 4 ਕੈਬਨਿਟ ਮੰਤਰੀ ਗੋਪਾਲ ਰਾਏ, ਸੋਹਣ ਭਾਰਦਵਾਜ, ਆਤਿਸ਼ੀ ਅਤੇ ਗਜਨ ਗੁਮਾਰ ਆਨੰਦ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਤਨੀ ਸੁਨੀਤਾ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਨੇ ਦਾਅਵਾ ਕੀਤਾ ਸੀ ਕਿ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਅੱਜ ਕੋਰਟ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸ਼ਰਾਬ ਘਪਲੇ 'ਚ ਵੱਡਾ ਖੁਲਾਸਾ ਕਰਨਗੇ। ਅਜਿਹੇ 'ਚ ਸਾਰਿਆਂ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਕੋਰਟ 'ਤੇ ਹੈ ਕਿ ਆਖਰ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਕਿਹੜਾ ਵੱਡਾ ਖੁਲਾਸਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹਨ। ਦੱਸਣਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਦੀ ਈ.ਡੀ. ਹਿਰਾਸਤ ਖਤਮ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਹਿਰਾਸਤ ਵਧਾਉਣ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਈ.ਡੀ. ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ 'ਚ ਪੇਸ਼ ਕਰੇਗੀ।

ਅਮਰੀਕਾ ਨੇ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਦੀ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰੀ 'ਤੇ ਮੁੜ ਕੀਤੀ ਟਿੱਪਣੀ, ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰਾਲਾ ਨੇ ਦਿੱਤੀ ਨਸੀਹਤ

ਤੇਜਿੰਦਰ ਕੌਰ ਬੱਬਰ
ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 29 ਮਾਰਚ। ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਅਰਵਿੰਦ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਦੀ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰੀ 'ਤੇ ਅਮਰੀਕਾ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹਾਲੀਆ ਟਿੱਪਣੀ 'ਤੇ ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰਾਲਾ ਨੇ ਸਖਤ ਪ੍ਰਤੀਕਰਿਆ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਨੇ ਅਮਰੀਕੀ ਵਿਦੇਸ਼ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਬਿਆਨ ਨੂੰ ਸਿਰੇ ਤੋਂ ਖਾਰਜ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬਿਆਨ ਦਾ ਕੋਈ ਮਤਲਬ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਟਿੱਪਣੀ ਅਣਉੱਚਿਤ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਚੋਣ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ 'ਤੇ ਕੋਈ ਬਾਹਰੀ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਉਣਾ ਗਲਤ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਵੀ ਹੈ। ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਦੀ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰੀ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਕੀਤੀ ਗਈ ਟਿੱਪਣੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਭਾਰਤੀ ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰਾਲਾ ਨੇ ਖੁੱਬਵਾਰ ਨੂੰ ਅਮਰੀਕੀ ਡਿਪਲੋਮੈਟ ਨੂੰ ਤਲਬ ਕੀਤਾ

ਅਮਰੀਕਾ ਨੇ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਦੀ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰੀ 'ਤੇ ਮੁੜ ਕੀਤੀ ਟਿੱਪਣੀ, ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰਾਲਾ ਨੇ ਦਿੱਤੀ ਨਸੀਹਤ

ਸੀ। ਭਾਰਤ ਨੇ ਸਖਤ ਪ੍ਰਤੀਕਰਿਆ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਕਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਕੂਟਨੀਤੀ 'ਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਦੂਜੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਭੂਸੱਤਾ ਅਤੇ ਅਕਾਉਂਟ ਵੀਜ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਟਿੱਪਣੀ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਵੀਰਵਾਰ ਨੂੰ ਆਯੋਜਿਤ ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰਾਲਾ ਦੀ ਪ੍ਰੈੱਸ ਕਾਨਫਰੰਸ ਦੌਰਾਨ ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰਾਲਾ ਦੇ ਬੁਲਾਰੇ ਰਣਧੀਰ ਜਾਇਸਵਾਲ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਅਮਰੀਕੀ ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰਾਲਾ ਦੀ ਹਾਲੀਆ ਟਿੱਪਣੀ ਅਣਉੱਚਿਤ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਚੋਣ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਕੀਤੀ ਗਈ ਬਾਹਰੀ ਟਿੱਪਣੀ ਮਨਜ਼ੂਰ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਭਾਰਤ 'ਚ ਕਾਨੂੰਨੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਸਰਿਫ ਕਾਨੂੰਨ ਨਾਲ ਚੱਲਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੋਈ ਵੀ ਸਹਿਯੋਗੀ ਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਖਾਸ ਕਰ ਕੇ ਲੋਕਤੰਤਰੀ ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੀ ਸ਼ਲਾਘਾ ਕਰਨ 'ਚ ਕੋਈ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਨਹੀਂ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਭਾਰਤ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਜ਼ਾਦ ਅਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਲੋਕਤੰਤਰੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਮਾਣ ਵਧਾਉਣ ਅਤੇ ਅਮਰੀਕੀ ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰਾਲਾ ਦੀ ਖੁੱਬਵਾਰ ਨੂੰ ਅਰਵਿੰਦ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਦੀ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰੀ ਅਤੇ ਕਾਂਗਰਸ ਪਾਰਟੀ ਦੇ

ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ

- ਟਰੈਜ਼ਰੀ ਬਿੱਲ
- ਪ੍ਰਭੂਸੱਤਾ ਗੋਲਡ ਬਾਂਡ
- ਫਲੋਟਿੰਗ ਰੇਟ ਸੇਵਿੰਗ ਬਾਂਡ, 2020

- ਜ਼ੀਰੋ ਦਲਾਲੀ ਅਤੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਫੀਸ ਨਹੀਂ
- ਭੁਗਤਾਨ ਦਾ ਆਸਾਨ ਅਤੇ ਸੁਵਿਧਾਜਨਕ ਤਰੀਕਾ

ਮੁੰਬਈ) ਨੇ ਲੋਕ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਲਈ ਖੁੱਬਵਾਰ 17 ਉਮੀਦਵਾਰਾਂ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਸੂਚੀ ਜਾਰੀ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਸੂਬੇ ਦੀਆਂ ਕੁੱਲ 22 ਸੀਟਾਂ ਤੇ ਚੋਣ ਲੜੇਗੀ। ਪਾਰਟੀ ਨੇ ਸਾਬਕਾ ਕੇਂਦਰੀ ਮੰਤਰੀ ਅਨੰਤ ਗੀਤੇ ਨੂੰ ਰਾਏਗੜ੍ਹ ਤੇ ਅਰਵਿੰਦ ਸਾਵੰਤ ਨੂੰ ਦੱਖਣੀ ਮੁੰਬਈ ਲੋਕ ਸਭਾ ਸੀਟ ਤੋਂ ਆਪਣਾ ਉਮੀਦਵਾਰ ਐਲਾਨਿਆ ਹੈ। ਪਾਰਟੀ ਨੇ ਸਿਮਾਦ ਪੁਰਾ ਰਹੇ ਸਾਰੇ 5 ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਮੈਦਾਨ 'ਚ ਉਤਾਰਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰ ਅਰਵਿੰਦ ਸਾਵੰਤ (ਦੱਖਣੀ



ਆਰਬੀਆਈ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ...
ਜਾਣਕਾਰ ਬਣੋ, ਸਚੇਤ ਰਹੋ!
ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: 1800-267-7955 ਜਾਂ +91-22-61546335 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ: ਸਵੇਰੇ 10 ਵਜੇ - ਸ਼ਾਮ 6 ਵਜੇ (ਸੋਮਵਾਰ - ਸ਼ਨੀਵਾਰ)
ਸਾਨੂੰ ਲਿਖੋ: support@rbiretaildirect.org.in

ਜਨ-ਹਿਤ ਵਿੱਚ ਜਾਰੀਕਰਤਾ
ਭਾਰਤੀ ਰਿਜ਼ਰਵ ਬੈਂਕ
RESERVE BANK OF INDIA
www.rbi.org.in

ਹੌਲਾ ਮਹੌਲਾ ਮੌਕੇ ਰੈਡ ਕਰਾਸ ਵੱਲੋਂ ਲਗਾਏ ਗਏ ਫਸਟ ਏਡ ਪੋਸਟ: ਡਾ. ਪ੍ਰੀਤੀ ਯਾਦਵ

ਸ੍ਰੀ ਅਨੰਦਪੁਰ ਸਾਹਿਬ, 29 ਮਾਰਚ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਜਿਲ੍ਹਾ ਰੈਡ ਕਰਾਸ ਹੁਪਨਗਰ ਵਲੋਂ ਹੌਲਾ ਮਹੌਲਾ ਤੇ ਲਗਾਏ ਗਏ ਸੋਸ਼ਲ ਸਰਵਿਸ ਕੈਂਪ ਦੌਰਾਨ 15 ਫਸਟ ਏਡ ਪੋਸਟਾਂ ਅਤੇ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਸੇਵਾ ਦੁਆਰਾ ਲਗਾਤਾਰ ਦਿਨ ਰਾਤ ਸੰਗਰਾਮ/ ਸ਼ਰਧਾਲੂਆਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।



ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਡਾ. ਪ੍ਰੀਤੀ ਯਾਦਵ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸ਼ਰਧਾਲੂਆਂ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਲਈ ਸਾਰੇ ਪੱਧਰ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਉਪਲੱਬਧ ਕਰਵਾਈ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਫਸਟ ਏਡ ਪੋਸਟ ਮੇਲਾ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਲਗਾਏ

ਸ੍ਰੀ ਰਾਧਾ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਮੰਦਿਰ ਠਾਕੁਰ ਦੁਆਰਾ ਸ੍ਰੀ ਦੀਪਕ ਰਾਣਾ ਖੇੜਾ ਕਲਮੇਟ ਜੀ ਦਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਨਮਾਨ



ਸ੍ਰੀ ਅਨੰਦਪੁਰ ਸਾਹਿਬ, 29 ਮਾਰਚ - ਸਚਿਨ ਸੋਨੀ/ਰਾਜੂ ਧੀਮਾਨ- ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਸ੍ਰੀ ਰਾਧਾ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਮੰਦਿਰ ਠਾਕੁਰ ਦੁਆਰਾ ਰਾਮਾਭਾਮਾਟਿਕ ਕਮੇਟੀ ਗੰਗੁਵਾਲ ਬਾਸਵਾਲ ਕਲੋਨੀ ਵਿਖੇ ਸ੍ਰੀ ਖਾਣੂ ਸ਼ਿਆਮ ਬਾਬਾ ਜੀ ਦੇ ਸਨਮਾਨਿਤ ਮੌਕੇ ਸ੍ਰੀ ਦੀਪਕ ਰਾਣਾ ਖੇੜਾ ਕਲਮੇਟ ਜੀ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਮੂਹ ਸਾਥੀਆਂ ਦਾ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸ੍ਰੀ ਲੱਕੀ ਕਪਿਲਾ ਜੀ ਵੱਲੋਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਨਮਾਨ

ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਜਿੱਥੇ ਸ੍ਰੀ ਖਾਣੂ ਸ਼ਿਆਮ ਬਾਬਾ ਜੀ ਦਾ ਜਨਮਦਿਨ ਸਨਮਾਨ ਨਾਲ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ, ਉੱਥੇ ਹੀ ਮੰਦਿਰ ਵਿੱਚ ਭੱਠਾਰਾ ਵੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਅੱਗੇ ਦੱਸਦੇ ਹੋਏ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸ੍ਰੀ ਲੱਕੀ ਕਪਿਲਾ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅੱਜ ਕਲਮੇਟ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ ਤੇ ਹਰ ਇੱਕ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਕਲਮੇਟ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਸ੍ਰੀ ਖਾਣੂ ਸ਼ਿਆਮ ਬਾਬਾ ਜੀ ਤੇ ਸਾਲਾਸਰ ਬਾਲਾ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਜੁੜ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ; ਕਿਉਂ

ਦਿਵਜ ਜਯੋਤੀ ਜਾਗ੍ਰੀ ਸੰਸਥਾਨ ਵੱਲੋਂ ਅਰਥ ਆਵਰ ਮੌਕੇ ਤੇ ਜਲਵਾਯੂ ਭਾਸ਼ਣ ਦਾ ਆਯੋਜਨ



ਪਟਿਆਲਾ, 29 ਮਾਰਚ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਦਿਵਜ ਜਯੋਤੀ ਜਾਗ੍ਰੀ ਸੰਸਥਾਨ ਵੱਲੋਂ ਅਰਥ ਆਵਰ ਮੌਕੇ ਤੇ ਜਲਵਾਯੂ ਭਾਸ਼ਣ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਦਿਵਜ ਗੁਰੂ ਸ੍ਰੀ ਆਸ਼ੂਤੋਸ਼ ਮਹਾਰਾਜ ਜੀ ਦੀ ਸਾਧਵੀ ਸ਼ਿਸ਼ਾ ਅਨਿਸਾ ਭਾਰਤੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਮਝਦਾਰ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਹੀ ਜਲਵਾਯੂ ਪਰਿਵਰਤਨ ਦਾ ਹੱਲ ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ ਅੱਜ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਲਾਗੂ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਬਿਜਲੀ ਦੀ ਚੰਗੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ। ਇਕ ਛੋਟਾ ਜਿਹਾ ਬਣਨ ਹੈ ਪਰ ਚਾਹੇ ਉਹ ਪੱਖਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਏਸੀ, ਟਿਊਬ ਲਾਈਟ ਜਾਂ ਬਲਬ, ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਨਾ ਹੋਣ 'ਤੇ

ਇਸ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਖਰਚੇ ਵੀ ਬਚਾਓ। ਜਨਤਕ ਚੱਲਣ ਦੀਆਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਆਦਤਾਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਆਪਣਾਓ। ਸਿਰਫ ਮੈਸੀ ਫਲ ਅਤੇ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਖਾਓ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ। ਘਰ ਵਿਚ ਪੌਦੇ ਲਗਾਓ, ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਉਗਾਓ। ਚਾਹੇ ਉਹ ਕੱਪੜੇ ਹੋਣ ਜਾਂ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਯੰਤਰ, ਬਿਹਤਰ ਹੈ ਕਿ ਜਿੰਨਾ ਹੋ ਸਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰੋ, ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਘੱਟ ਕਰੋ। ਆਪਣੀ ਖੁਦ ਦੀ ਪਾਣੀ ਦੀ ਬਤਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਕੋਰੀ ਬੈਗ ਰੱਖੋ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਲਾਈਟਾਂ ਬੰਦ ਕਰਕੇ ਮੈਡੀਟੇਸ਼ਨ ਸੈਸ਼ਨ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

ਹੌਲਦਾਰ 'ਤੇ ਹਮਲੇ ਸਬੰਧੀ 25 ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਕੇਸ ਦਰਜ

ਪਟਿਆਲਾ, 29 ਮਾਰਚ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਅਨਾਜ ਮੰਡੀ ਦੀ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਇੱਥੋਂ ਦੇ ਦਰਜਨ ਦੇ ਕਰੀਬ ਨੌਜਵਾਨਾਂ 'ਤੇ ਇਰਾਦਾ ਕਤਲ ਦੀ ਧਾਰਾ 307 ਦੇ ਤਹਿਤ ਕੇਸ ਦਰਜ ਕੀਤੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਖਾਣੇ ਦੀ ਇੱਕ ਪੁਲਿਸ ਪਾਰਟੀ 'ਤੇ ਕਥਿਤ ਹਮਲਾ ਕਰਨ ਦੇ ਇਲਜ਼ਾਮ ਹਨ। ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿੱਥੇ ਕਿੱਥੇ ਨੌਜਵਾਨ ਹੌਲਦਾਰ ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ 'ਤੇ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ ਚੜ੍ਹਾਓ ਦਿੱਤਾ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਉਸ ਦੀ ਲੱਤ ਟੁੱਟ ਗਈ।

ਹੌਲਦਾਰ ਦੇ ਬਿਆਨਾਂ 'ਤੇ ਪੁਲਿਸ ਵੱਲੋਂ ਇਹ ਕੇਸ ਦਰਜ ਕੀਤੇ ਗਏ। ਸ਼ਿਕਾਇਤਕਰਤਾ ਹੌਲਦਾਰ ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਦੋਂ ਉਹ ਥਾਣਾ ਮੁਖੀ ਅਤੇ ਸਿਪਾਹੀ ਗੁਰਜੋਤ ਸਿੰਘ ਸਮੇਤ ਫੌਕਲ ਪੁਆਇੰਟ ਪਟਿਆਲਾ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਸੀ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਲਤਹਾ ਮਿਲੀ ਕਿ 40/50 ਲੜਕੇ ਹਠਿਆਰਾਂ ਸਮੇਤ ਪੁਇੰਟ ਸੈਕੂਰ ਗਰੁੱਪ ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ ਗਏ। ਇਸ 'ਤੇ ਉਹ ਪੁਲਿਸ ਪਾਰਟੀ ਅਤੇ

23 ਮਾਰਚ ਦੇ ਸ਼ਹੀਦਾਂ ਦਾ ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਸਮਾਗਮ ਯਾਦਗਾਰੀ ਹੋ ਨਿੱਬੜਿਆ



ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਸਮਾਗਮ ਯਾਦਗਾਰੀ ਹੋ ਨਿੱਬੜਿਆ। ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਸਮਾਗਮ ਯਾਦਗਾਰੀ ਹੋ ਨਿੱਬੜਿਆ। ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਸਮਾਗਮ ਯਾਦਗਾਰੀ ਹੋ ਨਿੱਬੜਿਆ। ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਸਮਾਗਮ ਯਾਦਗਾਰੀ ਹੋ ਨਿੱਬੜਿਆ। ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਸਮਾਗਮ ਯਾਦਗਾਰੀ ਹੋ ਨਿੱਬੜਿਆ। ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਸਮਾਗਮ ਯਾਦਗਾਰੀ ਹੋ ਨਿੱਬੜਿਆ।

ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਸਮਾਗਮ ਯਾਦਗਾਰੀ ਹੋ ਨਿੱਬੜਿਆ। ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਸਮਾਗਮ ਯਾਦਗਾਰੀ ਹੋ ਨਿੱਬੜਿਆ। ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਸਮਾਗਮ ਯਾਦਗਾਰੀ ਹੋ ਨਿੱਬੜਿਆ। ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਸਮਾਗਮ ਯਾਦਗਾਰੀ ਹੋ ਨਿੱਬੜਿਆ। ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਸਮਾਗਮ ਯਾਦਗਾਰੀ ਹੋ ਨਿੱਬੜਿਆ।

ਹੌਲੀ ਮਹਾ ਉਤਸਵ ਭਜਨ ਸੰਘਿਆ ਕਰਵਾਈ ਗਈ



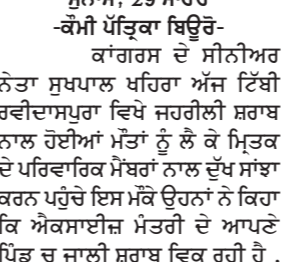
ਪਟਿਆਲਾ, 29 ਮਾਰਚ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਹੌਲੀ ਮਹਾ ਉਤਸਵ ਭਜਨ ਸੰਘਿਆ ਕਰਵਾਈ ਗਈ। ਸੁਨਾਮ, 29 ਮਾਰਚ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਦਾਸ ਨਿਕੰਜ ਬਿਹਾਰੀ ਸੇਵਾ ਸਮਿਤੀ (ਰਜਿ.) ਸੁਨਾਮ ਵੱਲੋਂ ਹੌਲੀ ਦੇ ਤਿਉਹਾਰ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਸਮਿਤੀ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਰਾਜੀਵ ਮੱਖਣ ਅਤੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਅਮਿਤ ਕੌਸ਼ਲ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਿੱਚ ਹੌਲੀ ਮਹਾਉਤਸਵ ਭਜਨ ਸੰਘਿਆ ਗੀਤਾ ਭਵਨ ਮੰਦਿਰ ਸੁਨਾਮ ਵਿੱਚ ਕਰਵਾਈ ਗਈ।

ਸੁਨਾਮ, 29 ਮਾਰਚ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਹੌਲੀ ਮਹਾ ਉਤਸਵ ਭਜਨ ਸੰਘਿਆ ਕਰਵਾਈ ਗਈ। ਸੁਨਾਮ, 29 ਮਾਰਚ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਹੌਲੀ ਮਹਾ ਉਤਸਵ ਭਜਨ ਸੰਘਿਆ ਕਰਵਾਈ ਗਈ। ਸੁਨਾਮ, 29 ਮਾਰਚ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਹੌਲੀ ਮਹਾ ਉਤਸਵ ਭਜਨ ਸੰਘਿਆ ਕਰਵਾਈ ਗਈ।

ਸੁਨਾਮ, 29 ਮਾਰਚ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਹੌਲੀ ਮਹਾ ਉਤਸਵ ਭਜਨ ਸੰਘਿਆ ਕਰਵਾਈ ਗਈ। ਸੁਨਾਮ, 29 ਮਾਰਚ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਹੌਲੀ ਮਹਾ ਉਤਸਵ ਭਜਨ ਸੰਘਿਆ ਕਰਵਾਈ ਗਈ।

ਸੁਨਾਮ, 29 ਮਾਰਚ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਹੌਲੀ ਮਹਾ ਉਤਸਵ ਭਜਨ ਸੰਘਿਆ ਕਰਵਾਈ ਗਈ। ਸੁਨਾਮ, 29 ਮਾਰਚ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਹੌਲੀ ਮਹਾ ਉਤਸਵ ਭਜਨ ਸੰਘਿਆ ਕਰਵਾਈ ਗਈ।

ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨਾਲ ਦੁੱਖ ਸਾਂਝਾ ਕਰਦੇ ਅਤੇ ਮੀਡੀਆ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੇ ਸੁਖਪਾਲ ਖਹਿਰਾ



ਸੁਨਾਮ, 29 ਮਾਰਚ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨਾਲ ਦੁੱਖ ਸਾਂਝਾ ਕਰਦੇ ਅਤੇ ਮੀਡੀਆ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੇ ਸੁਖਪਾਲ ਖਹਿਰਾ। ਸੁਨਾਮ, 29 ਮਾਰਚ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨਾਲ ਦੁੱਖ ਸਾਂਝਾ ਕਰਦੇ ਅਤੇ ਮੀਡੀਆ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੇ ਸੁਖਪਾਲ ਖਹਿਰਾ।



ਸੁਨਾਮ, 29 ਮਾਰਚ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨਾਲ ਦੁੱਖ ਸਾਂਝਾ ਕਰਦੇ ਅਤੇ ਮੀਡੀਆ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੇ ਸੁਖਪਾਲ ਖਹਿਰਾ। ਸੁਨਾਮ, 29 ਮਾਰਚ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨਾਲ ਦੁੱਖ ਸਾਂਝਾ ਕਰਦੇ ਅਤੇ ਮੀਡੀਆ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੇ ਸੁਖਪਾਲ ਖਹਿਰਾ।

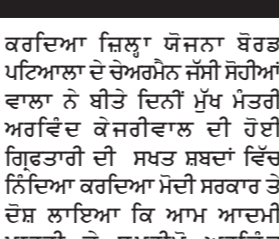
ਬੀਐਸਐਫ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਸਾਂਝੇ ਸਰਚ ਅਭਿਆਨ ਤਹਿਤ ਦੋ ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਡਰੋਨ ਬਰਾਮਦ



ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ, 29 ਮਾਰਚ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਿਸ ਅਤੇ ਸੀਮਾ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਲ (ਬੀਐਸਐਫ) ਨੇ ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਨੂੰ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਦੇ ਸਰਹੱਦੀ ਖੇਤਰ ਦੇ ਦੋ ਪਿੰਡਾਂ ਤੋਂ ਦੋ ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਡਰੋਨ ਬਰਾਮਦ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਸੁਬਾ ਸਕੱਤਰ ਕਮਰੇਂਡ ਬੰਤ ਸਿੰਘ ਬਰਾੜ ਅਤੇ ਜਿਲ੍ਹਾ ਸਕੱਤਰ ਕਮਰੇਂਡ ਡੀ ਪੀ ਮੌੜ ਨੇ ਸ਼ਹੀਦ-ਏ-ਆਜ਼ਮ ਸ. ਭਗਤ ਸਿੰਘ, ਰਾਜਗੁਰੂ ਅਤੇ

ਬੀਐਸਐਫ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਸਾਂਝੇ ਸਰਚ ਅਭਿਆਨ ਤਹਿਤ ਦੋ ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਡਰੋਨ ਬਰਾਮਦ। ਬੀਐਸਐਫ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਸਾਂਝੇ ਸਰਚ ਅਭਿਆਨ ਤਹਿਤ ਦੋ ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਡਰੋਨ ਬਰਾਮਦ। ਬੀਐਸਐਫ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਸਾਂਝੇ ਸਰਚ ਅਭਿਆਨ ਤਹਿਤ ਦੋ ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਡਰੋਨ ਬਰਾਮਦ।

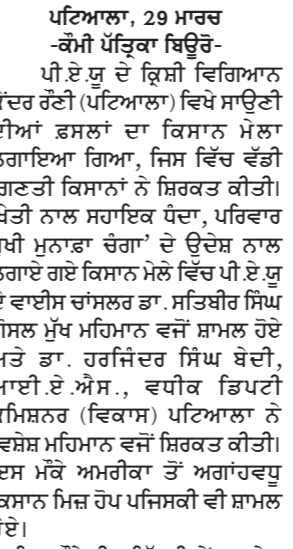
ਇਮਾਨਦਾਰ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਕੇਸਰੀਵਾਲ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰਨਾ ਅਤੀਨਿੰਦਯੋਗ - ਜੱਸੀ ਸੋਗੀਆਂ ਵਾਲਾ



ਨਾਭਾ, 29 ਮਾਰਚ - ਪੱਤਰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਇਮਾਨਦਾਰ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਕੇਸਰੀਵਾਲ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰਨਾ ਅਤੀਨਿੰਦਯੋਗ - ਜੱਸੀ ਸੋਗੀਆਂ ਵਾਲਾ। ਨਾਭਾ, 29 ਮਾਰਚ - ਪੱਤਰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਇਮਾਨਦਾਰ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਕੇਸਰੀਵਾਲ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰਨਾ ਅਤੀਨਿੰਦਯੋਗ - ਜੱਸੀ ਸੋਗੀਆਂ ਵਾਲਾ।

ਇਮਾਨਦਾਰ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਕੇਸਰੀਵਾਲ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰਨਾ ਅਤੀਨਿੰਦਯੋਗ - ਜੱਸੀ ਸੋਗੀਆਂ ਵਾਲਾ। ਇਮਾਨਦਾਰ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਕੇਸਰੀਵਾਲ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰਨਾ ਅਤੀਨਿੰਦਯੋਗ - ਜੱਸੀ ਸੋਗੀਆਂ ਵਾਲਾ।

ਕ੍ਰਿਸ਼ੀ ਵਿਗਿਆਨ ਕੇਂਦਰ ਰੌਣੀ ਵਿਖੇ ਸਾਉਣੀ ਦੀਆਂ ਫਸਲਾਂ ਦਾ ਕਿਸਾਨ ਮੇਲਾ ਲਗਾਇਆ



ਪਟਿਆਲਾ, 29 ਮਾਰਚ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਕ੍ਰਿਸ਼ੀ ਵਿਗਿਆਨ ਕੇਂਦਰ ਰੌਣੀ ਵਿਖੇ ਸਾਉਣੀ ਦੀਆਂ ਫਸਲਾਂ ਦਾ ਕਿਸਾਨ ਮੇਲਾ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ। ਪਟਿਆਲਾ, 29 ਮਾਰਚ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਕ੍ਰਿਸ਼ੀ ਵਿਗਿਆਨ ਕੇਂਦਰ ਰੌਣੀ ਵਿਖੇ ਸਾਉਣੀ ਦੀਆਂ ਫਸਲਾਂ ਦਾ ਕਿਸਾਨ ਮੇਲਾ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ।

ਕ੍ਰਿਸ਼ੀ ਵਿਗਿਆਨ ਕੇਂਦਰ ਰੌਣੀ ਵਿਖੇ ਸਾਉਣੀ ਦੀਆਂ ਫਸਲਾਂ ਦਾ ਕਿਸਾਨ ਮੇਲਾ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ। ਕ੍ਰਿਸ਼ੀ ਵਿਗਿਆਨ ਕੇਂਦਰ ਰੌਣੀ ਵਿਖੇ ਸਾਉਣੀ ਦੀਆਂ ਫਸਲਾਂ ਦਾ ਕਿਸਾਨ ਮੇਲਾ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ।

ਕ੍ਰਿਸ਼ੀ ਵਿਗਿਆਨ ਕੇਂਦਰ ਰੌਣੀ ਵਿਖੇ ਸਾਉਣੀ ਦੀਆਂ ਫਸਲਾਂ ਦਾ ਕਿਸਾਨ ਮੇਲਾ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ। ਕ੍ਰਿਸ਼ੀ ਵਿਗਿਆਨ ਕੇਂਦਰ ਰੌਣੀ ਵਿਖੇ ਸਾਉਣੀ ਦੀਆਂ ਫਸਲਾਂ ਦਾ ਕਿਸਾਨ ਮੇਲਾ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ।

ਸਿਹਤਨਾਮਾ



ਜੇਕਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹੈ ਪਿੱਠਦਰਦ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਅਪਣਾਉ ਇਹ ਘਰੇਲੂ ਨੁਸਖੇ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵੀ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪਿੱਠਦਰਦ ਦੇ ਕਾਰਨਾਂ ਅਤੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਦਰਦ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਦਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਬਹੁਤ ਹੀ ਘੱਟ ਲਾਭ ਦੇ ਨਾਲ ਲੱਛਣ ਹੋ ਕੇ ਅਸੀਂ ਫੋਨ ਵਿਚ ਸਿਖਾਵਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਨਾਲ ਹੀ ਕੋਰੋਨਾ ਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵੀ ਘਟਾ ਦਿਤਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਪਿੱਠ ਦਰਦ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਮੰਨ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਹੀ ਕੋਰੋਨਾ ਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵੀ ਘਟਾ ਦਿਤਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਪਿੱਠ ਦਰਦ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਮੰਨ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਹੀ ਕੋਰੋਨਾ ਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵੀ ਘਟਾ ਦਿਤਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬੱਚੇ ਆਪਣੇ ਪਿੱਠ ਦਰਦ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਮੰਨ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।



ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵੀ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪਿੱਠਦਰਦ ਦੇ ਕਾਰਨਾਂ ਅਤੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਦਰਦ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਦਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕਾਲੇ ਅੰਗੂਰਾਂ ਦਾ ਸੇਵਨ ਔਖਾ ਲਈ ਵੀ ਬਹੁਤ ਫ਼ਾਇਦੇਮੰਦ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੇਵਨ ਨਾਲ ਨਜ਼ਰ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਘੱਟ ਹੋਣਗੀਆਂ।
ਕਾਲੇ ਅੰਗੂਰਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਚੰਗੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਹਰੇ ਅੰਗੂਰਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਧੇਰੇ ਐਂਟੀਆਕਸੀਡੈਂਟ ਤੌਰ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਾਲੇ ਅੰਗੂਰ ਸਾਡੀ ਸ਼ੁੱਧ ਸਿਹਤ ਉੱਤੇ ਚੰਗਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੂਗਰ, ਕੈਂਸਰ ਤੇ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਹਰੇ ਅੰਗੂਰਾਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਕਾਲੇ ਅੰਗੂਰਾਂ ਦਾ ਸੇਵਨ ਵਧੇਰੇ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
ਆਉ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਾਲੇ ਅੰਗੂਰ ਖਾਣ ਦੇ ਫ਼ਾਇਦਿਆਂ ਬਾਰੇ:
ਕਾਲੇ ਅੰਗੂਰਾਂ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਵਧੇਰੇ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਲਗਭਗ 82 ਫੀ ਸਦੀ ਪਾਣੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਾਲੇ ਅੰਗੂਰਾਂ ਵਿਚ ਪੋਟਾਸ਼ੀਅਮ, ਮੈਗਨੀਜ਼ੀਅਮ, ਵਿਟਾਮਿਨ ਸੀ, ਵਿਟਾਮਿਨ ਕੇ, ਕਾਪਰ, ਫ਼ਾਸਫ਼ੋਰਸ, ਸੋਡੀਅਮ, ਕਾਰਬੋਹਾਈਡਰੇਟ ਆਦਿ ਤੌਰ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਹੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਕੈਲੋਰੀ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਵੀ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਾਲੇ ਅੰਗੂਰਾਂ ਵਿਚ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਪੌਸ਼ਟ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਭਰਪੂਰ ਮਾਤਰਾ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਰੀਰ ਦੀ ਇਮਿਊਨਿਟੀ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ



ਕਈ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਾਲੇ ਅੰਗੂਰ

ਟੀ.ਬੀ. ਲਾਇਲਾਜ਼ ਨਹੀਂ

ਗੁਲੇਬਲ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਮੁਹਿੰਮ ਵਿਚੋਂ ਇਕ ਹੈ।
ਬੀਮ:
ਵਿਸ਼ਵ ਟੀਬੀ ਦਿਵਸ 2024 ਦਾ ਬੀਮ ਨਰਿੰਦਰ ਪਾਲ ਸਿੰਘ

ਤੁਪਦਿਕ (ਟੀ.ਬੀ.) ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਵੀ ਹੋਰਨਾਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਾਂਗ ਡਰਦਾਰੀ ਕਰੋਪੀ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਦੀ ਕਮੀ ਕਾਰਨ ਅਨੇਕਾਂ ਕੀਮਤੀ ਜਾਨ ਮੌਤ ਦੇ ਮੂੰਹ ਜਾ ਪੈਂਦੀਆਂ ਸਨ। ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਸੋਫੀ ਪਾਪੜ ਹੋਈ ਅਤੇ ਚਿਕਿਤਸਾ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਵਿਕਾਸ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਜਾਨਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕਿਆ। ਕੁਝ ਖੋਜਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਤੁਪਦਿਕ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਕਰੀਬ 5 ਹਜ਼ਾਰ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਅਫਰੀਕਾ ਤੋਂ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਫੈਲੀ। 19ਵੀਂ ਸਦੀ ਵਿੱਚ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਜਵਾਨਾਂ ਅਤੇ ਅੱਧਖਰ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲੀ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਤੁਪਦਿਕ ਨੂੰ 'ਰੋਮੈਂਟਿਕ ਡਜ਼ੀਜ਼' ਦੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਵੀ ਜਾਣਿਆ ਜਾਣ ਲੱਗਾ। 24 ਮਾਰਚ 1882 ਵਿੱਚ ਹੇਬਰਟ ਕੋਚ ਨਾਮ ਦੇ ਵਿਗਿਆਨੀ ਨੇ ਤੁਪਦਿਕ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਬਲਗਮ ਉੱਤੇ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰਨ 'ਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਲਾਜ਼ਮੀ ਵਾਲੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਇਆ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ 'ਮਾਈਕੋਬੈਕਟੀਰੀਅਮ ਟਿਊਬਰਕੂਲੋਸਿਸ' ਦੇ ਨਾਂ ਨਾਲ ਸ਼ਬਦੀਕਰਣ ਦਾ ਨਾਮ ਦਿੱਤਾ। 100 ਸਾਲ ਬਾਅਦ 24 ਮਾਰਚ 1982 ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾ ਨੇ ਹਰ ਸਾਲ ਇਸ ਦਿਨ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ਵ ਤੁਪਦਿਕ ਦਾ ਤੋਰ 'ਤੇ ਮਨਾਉਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ। ਇਹ ਦਿਨ ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਵਿਸ਼ਵਵਿਆਪੀ ਮਹਾਮਾਰੀ ਅਤੇ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨ ਲਈ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। 1993 ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾ ਨੇ ਤੁਪਦਿਕ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵ ਵਿਆਪੀ ਸੰਕਟ ਘੋਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਖੋਜ ਕਾਰਜ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਤੇਜ਼ੀ ਲਿਆਈ। ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਅਨੁਸਾਰ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕਰੀਬ 4000 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਿਨ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਅਨੁਸਾਰ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕਰੀਬ 4000 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਿਨ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਅਨੁਸਾਰ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕਰੀਬ 4000 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ।



ਜਿਹੜੀ ਕਈ ਵਾਰ ਬਲਗਮ ਅਤੇ ਲਹੂ ਲਿਆਉਂਦੀ ਹੈ ਆਮ ਲੱਛਣ ਹੈ। ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਰੋਗ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਟੀ.ਬੀ. ਦਾ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਫੇਫੜਿਆਂ ਤੋਂ ਖੂਨ ਰਾਹੀਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਬਾਕੀ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲਿੰਗ ਨੈਡਰ, ਹੱਡੀ ਆ ਆਦਿ। ਟੀ.ਬੀ. ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਬੀਮ ਸੁਨੇਹਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਮਹਾਮਾਰੀ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਸਾਂਝੇ ਉਦਮ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾ ਦੀਆਂ ਸਿਫਾਰਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਅਪਣਾਉਣ ਨਾਲ ਇਸ 'ਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾਉਣਾ ਸੰਭਵ ਹੈ। ਟੀ.ਬੀ. ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਲਈ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਰਨ ਲਈ 2023 ਵਿੱਚ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦੀ ਉੱਚ ਪੱਧਰੀ ਮੀਟਿੰਗ ਹੋਈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਟੀ.ਬੀ. ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਲਈ 1948 ਵਿੱਚ ਲਗਾਈ ਗਈ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਵਧਾਇਆ ਜਾਵੇ ਜਿਸ ਨਾਲ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਹਾਰੀ ਨਾ ਹੋ ਸਕੇ।



ਆਸਾਨ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਪਾਓ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਦੁਰਤੀਆਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ

ਚਿਹਰੇ ਦੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਰੱਖੋ ਬਰਕਰਾਰ

ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਚਮੜੀ ਬਹੁਤ ਨਾਜ਼ੁਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਥੇ ਸੂਰਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਝੁਰਝੁਰਾਅ ਅਤੇ ਬਗੈਰ ਲਾਈਨਾਂ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਬੁਢਾਪੇ, ਸੂਰਜ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਵਿੱਚ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣਾ, ਚਮੜੀ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਨੂੰ ਛੱਡਣ ਅਤੇ ਵਿਗੜੀ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਦੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਕੁਝ ਨੁਸਖੇ ਅਪਣਾਉਣੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਸੁਝਾਅ: ਸੋਹਣਾ ਦਿਖਾਣਾ ਕੰਨਾਂ ਚਾਰੁੰਦਾ? ਚਿਹਰੇ ਦੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਹਰ ਕੋਈ ਮਹਿੰਗੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜਾਂ ਪਾਰਲਰ ਵਿੱਚ ਮਹਿੰਗੇ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਾਂ। ਪਰ ਟਿਕ ਵੀ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਕੋਈ ਖਾਸ ਫਰਕ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਇੰਨਾ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਕਈ ਵਾਰ ਪਾਰਲਰ 'ਚ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕੋਸ਼ਿਕਲ ਟਰੀਟਮੈਂਟ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਜਿਸ ਚਮੜੀ ਉੱਚ ਹੋਰ ਵੀ ਖਰਾਬ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਮਿਸ਼ਰਣ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ, ਸ਼ੀਟ-ਸਿਹਤਮੰਦ ਭੋਜਨ, ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ, ਇਹ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਚੇਹਰੇ ਦੀ ਵਿਗੜੀ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਾਣੇ-ਅਣਜਾਣੇ 'ਚ ਸਾਡੀਆਂ ਕੁਝ ਗਲਤੀਆਂ ਨਾ ਸਿਰਫ ਚਿਹਰੇ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਸਗੋਂ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਵੀ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਚਮੜੀ ਬਹੁਤ ਨਾਜ਼ੁਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਬਾਗੈਰ ਰੋਖਾਵਾਂ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ। ਅੱਖ ਇਸ ਲੋਕ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਆਸਾਨ ਨੁਸਖੇ ਦੱਸ ਜਾ ਰਹੇ ਹਾਂ ਜੋ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ 'ਚ ਮਦਦਗਾਰ ਸਾਬਤ ਹੋਣਗੇ, ਜੋ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਹੀ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਲਈ ਆਉਂਦੇ ਹਨ।



ਜੇਕਰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਢਿੱਡ 'ਚ ਕੀੜਿਆਂ ਨੂੰ ਕਰਨਾ ਹੈ ਖ਼ਤਮ ਤਾਂ ਅਪਣਾਉ ਇਹ ਘਰੇਲੂ ਨੁਸਖੇ

ਢਿੱਡ ਦੇ ਕੀੜਿਆਂ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਬੱਚਿਆਂ 'ਚ ਅਕਸਰ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਬੱਚੇ ਦਾ ਭਾਰ ਘੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਸਿਹਤ ਮਜ਼ਬੂਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਅਪਣਾਉ ਇਹ ਘਰੇਲੂ ਨੁਸਖੇ।
ਅਜਵਾਇਨ ਦਾ ਪਾਣੀ ਦੇਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ। ਅਜਵਾਇਨ 'ਚ ਐਂਟੀਆਕਸੀਡੈਂਟ ਅਤੇ ਐਂਟੀ-ਬੈਕਟੀਰੀਅਲ ਗੁਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਹੜੇ ਢਿੱਡ ਦੇ ਕੀੜਿਆਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਚਾਰ ਦਿਨ ਬਾਅਦ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਜੀਰੇ ਦਾ ਪਾਣੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿਉਂਕਿ ਜੀਰੇ ਦਾ ਪਾਣੀ ਬਹੁਤ ਠੰਢੀ ਤਰੀਕ ਵਾਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਇਸ ਦਾ ਸੇਵਨ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਜੀਰੇ ਐਂਟੀਬੈਕਟੀਰੀਅਲ ਅਤੇ ਐਂਟੀਫੰਗਲ ਐਗੈਂਟ ਹੈ।
ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਘੋੜੇ ਦਾ ਗਲਾਸ ਪਾਣੀ 'ਚ ਘੋੜੇ ਦਾ ਦਿਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਰਾਸ਼ਾਣ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਾਉਡਰ ਵਿਚ ਕਈ ਐਂਟੀਬੈਕਟੀਰੀਅਲ ਗੁਣ ਮਿਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਨਾਲ ਢਿੱਡ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਸਵੇਰੇ ਉੱਠ ਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਕ ਗਲਾਸ ਪਾਣੀ 'ਚ ਕਾਲੀ ਨਮਕ ਅਤੇ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਕਾਲੀ ਮਿਰਚ ਪਾਉਡਰ ਮਿਲਾ ਕੇ ਪਿਆਉ। ਕਾਲੀ ਨਮਕ ਢਿੱਡ ਦੇ ਕੀੜਿਆਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਦਾ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕੀੜਿਆਂ ਲਈ ਜਹਿਰ ਤੋਂ ਘੱਟ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਹੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਰ 6 ਮਹੀਨਿਆਂ 'ਚ ਇਕ ਵਾਰ ਡੀ-ਵਾਰਮਿੰਗ ਦਵਾਈ ਜ਼ਰੂਰ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਾਫ਼ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਖਾਣ ਖਾਣ ਦੀ ਆਦਤ ਪਾਉਣਾ ਅਤੇ ਬਾਬਰੂਮ 'ਚ ਚੱਪੜਾਂ ਪਾਉਣ ਦੀ ਆਦਤ ਪਾਉਣਾ ਜਿਹੇ ਤਰੀਕੇ ਹੋ ਸਕੇ ਮਨ ਆਈਆਂ ਅਤੇ ਚੀਨੀ ਤੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਡਾਈਟ 'ਚ ਟਮਾਟਰ ਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ। ਟਮਾਟਰ ਨੂੰ ਕੱਟ ਕੇ ਉਸ 'ਚ ਨਮਕ ਅਤੇ ਕਾਲੀ ਮਿਰਚ ਦਾ ਚੂਰਨ ਮਿਲਾ ਕੇ ਸੇਵਨ ਕਰਾਉ। ਇਸ ਨਾਲ ਢਿੱਡ ਦੇ ਕੀੜੇ ਖ਼ਤਮ ਹੋਣਗੇ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅਨਾਰ ਦਾ ਜੂਸ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਪਿਆਉ।



