

ਕਿਸੇ ਖਰ ਮੇਂ ਸਕਸੇ  
ਯਾਦਾ ਪਠਾ ਜਾਨੇ ਕਾਲਾ

# ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ

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

Thursday, 6 February 2025

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

Punjabi National Daily

Qaumi Patrika No.1

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ: ਵੀਰਵਾਰ 6 ਫਰਵਰੀ 2025, 22 ਮਾਘ ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ ਸੰਮਤ 555 (ਸਵੇ-12) ਮੁੱਲ 3.00 ਰੁਪਏ

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

ਸੰਪਾਦਕ - ਗੁਰਚਰਨ ਸਿੰਘ ਬੱਬਰ -

ਸਾਲ - 43, ਅੰਕ 87,

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

## ਦਿੱਲੀ ਚੋਣਾਂ 2025: 57 ਫੀਸਦੀ ਵੋਟਾਂ ਬੰਪਰ ਵੋਟਿੰਗ

### ਸਿਮੀ ਕੌਰ ਬੱਬਰ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 4 ਫਰਵਰੀ। ਦਿੱਲੀ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ 'ਚ ਬੁੱਧਵਾਰ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ 57.70 ਫੀਸਦੀ ਵੋਟਿੰਗ ਦਰਜ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਦਿੱਲੀ ਦੇ 70 ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਹਲਕਿਆਂ 'ਚ ਵੋਟਿੰਗ ਚੱਲ ਰਹੀ ਹੈ। ਵੋਟਿੰਗ ਸਵੇਰੇ 7 ਵਜੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮ 6 ਵਜੇ ਖਤਮ ਹੋਵੇਗੀ। ਚੋਣ ਕਮਿਸ਼ਨ (ਈਸੀ) ਦੇ ਅੰਕੜਿਆਂ ਅਨੁਸਾਰ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ 57.70 ਫੀਸਦੀ ਵੋਟਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਵੋਟ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਤਾ। ਦਿੱਲੀ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ 'ਚ ਭਾਰੀ ਵੋਟਿੰਗ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਵੋਟਾਂ ਵਿਚ ਭਾਰੀ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ 57.70 ਫੀਸਦੀ ਵੋਟਿੰਗ ਹੋਈ। ਇਹ ਅੰਕੜਾ ਚੋਣ ਕਮਿਸ਼ਨ ਵੱਲੋਂ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਫਿਲਹਾਲ ਵੋਟਿੰਗ ਦਾ ਸਮਾਂ ਸ਼ਾਮ 6 ਵਜੇ ਤੱਕ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਵੋਟ ਫੀਸਦੀ ਵਧਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਚੋਣ ਦੌਰਾਨ ਹੀ ਦਿੱਲੀ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਵਿਚ 699 ਉਮੀਦਵਾਰ ਆਪਣੀ ਕਿਸਮਤ ਅਜ਼ਮਾ ਰਹੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਿਸਮਤ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਵੋਟ ਅੰਕ ਇਲੈਕਟਰਾਨਿਕ ਵੋਟਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਦੀ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਉਮੀਦਵਾਰਾਂ ਦੀ ਕਿਸਮਤ ਦਾ ਫੈਸਲਾ 8 ਫਰਵਰੀ ਨੂੰ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਹ ਚੋਣ ਤਿੰਨ ਵੱਡੀਆਂ ਪਾਰਟੀਆਂ- ਸੱਤਾਧਾਰੀ ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ (ਆਪ),



ਵਿਰੋਧੀ ਭਾਰਤੀ ਜਨਤਾ ਪਾਰਟੀ (ਭਾਜਪਾ) ਅਤੇ ਕਾਂਗਰਸ ਪਾਰਟੀ ਵਿਚਕਾਰ ਹੈ। ਮੁਸ਼ਤਾਬਾਬ ਸੀਟ 'ਤੇ ਸਟੇਸ਼ਨਾਂ 'ਤੇ ਸਵੇਰ ਤੋਂ ਹੀ ਵੋਟਰ ਵੋਟ ਪਾਉਂਦੇ ਦੇਖੇ ਗਏ। ਚੋਣ ਕਮਿਸ਼ਨ ਨੇ ਸ਼ਾਂਤੀਪੂਰਨ ਅਤੇ ਨਿਰਪੱਖ ਚੋਣਾਂ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ, ਕੇਂਦਰੀ ਗ੍ਰਹਿ ਮੰਤਰੀ ਅਮਿਤ ਸ਼ਾਹ, ਕਾਂਗਰਸ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮਲਿਕਾਰਜੁਨ ਖਟਰ, ਉਪ ਰਾਜਪਾਲ ਵੀ.ਕੇ.ਸਕਸੇਨਾ, ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਆਰਜੁਨ ਮਾਰਲੇਨਾ ਅਤੇ ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਕਨਵੀਨਰ ਅਰਵਿੰਦ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਨੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਦੇ ਵੋਟਰਾਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਘਰਾਂ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਅਤੇ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਵੋਟ ਪਾਉਣ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਦਰਜਨਾਂ ਆਦਮੀ

ਉਮੀਦਵਾਰਾਂ ਨੇ ਵੀ ਚੋਣ ਮੈਦਾਨ 'ਚ ਚੁਣੌਤੀ ਦੇਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਪਿਛਲੇ 10 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਦਿੱਲੀ 'ਚ ਸੱਤਾ 'ਚ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ 'ਚ, ਹਰ ਕਿਸੇ ਦੇ ਮਨ 'ਚ ਇੱਕ ਹੀ ਸਵਾਲ ਹੈ ਕਿ ਕੀ 'ਆਪ' ਇਸ ਵਾਰ ਵੀ ਜਿੱਤੋਗੀ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਪਾਰਟੀ ਸਰਕਾਰ ਬਣਾਉਣ 'ਚ ਸਫਲ ਹੋਵੇਗੀ। ਐਗਜ਼ਿਟ ਪੋਲ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ 'ਚ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਰੁਝਾਨ ਸਾਹਮਣੇ ਆਏ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਅੰਤਿਮ ਨਤੀਜੇ 8 ਫਰਵਰੀ, 2025 ਨੂੰ ਆਉਣਗੇ। ਇਸ ਵਾਰ ਦੇ ਐਗਜ਼ਿਟ ਪੋਲ ਵਿੱਚ ਭਾਜਪਾ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਲੀਡ ਮਿਲਦੀ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਐਕੜਿਆਂ ਅਨੁਸਾਰ, 'ਆਪ' ਨੂੰ 32-37 ਸੀਟਾਂ ਮਿਲਦੀਆਂ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਭਾਜਪਾ 35-40 ਸੀਟਾਂ ਨਾਲ ਦਿੱਲੀ ਵਿੱਚ ਸਰਕਾਰ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਕਾਂਗਰਸ ਨੂੰ ਵੀ ਇੱਕ ਸੀਟ ਮਿਲਦੀ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਾਰ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ 'ਚ ਸੱਤਾਧਾਰੀ 'ਆਪ' ਅਤੇ ਭਾਜਪਾ ਵਿਚਾਲੇ ਸਖ਼ਤ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਹੈ। ਇਹ ਐਗਜ਼ਿਟ ਪੋਲ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ 'ਚ ਵੀ ਸਪੱਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦਿਖਾਇਆ ਗਿਆ। ਕਾਂਗਰਸ ਵੱਲੋਂ ਵੀ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਪਰ ਚੋਣ ਜੰਗ ਵਿੱਚ ਕਾਂਗਰਸ 'ਆਪ' ਅਤੇ ਭਾਜਪਾ ਤੋਂ ਪਿੱਛੇ ਰਹਿ ਗਈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਦੇਈਏ ਕਿ ਪਿਛਲੀਆਂ ਦੋ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ 'ਚ ਵੀ ਕਾਂਗਰਸ ਦੀ ਹਾਲਤ ਮਾੜੀ ਸੀ। ਇਸ ਵਾਰ ਵੀ ਕੁਝ ਅਜਿਹਾ ਹੀ ਹਾਲਤ ਬਣਦੇ ਜਾਪ ਰਹੇ ਹਨ। ਕਾਂਗਰਸ ਵੱਲੋਂ ਹਾਲਤ ਗਾਂਧੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਿਯੰਕਾ ਗਾਂਧੀ ਸਮੇਤ ਕਈ ਸਟਾਰ ਪ੍ਰਚਾਰਕਾਂ ਨੇ ਚੋਣ ਪ੍ਰਚਾਰ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ।

## 'ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਮਹੂਰਤ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ?' ਕਿਸ ਮਾਮਲੇ 'ਤੇ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੇ ਆਖੀ ਇਹ ਗੱਲ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 5 ਫਰਵਰੀ। ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੇ ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ ਆਸਾਮ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਐਲਾਨੇ ਗਏ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਨਿਕਾਲਾ ਦੇਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਅਣਜਾਣ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰਿਹਾਸਤ ਕਰਦੇ 'ਚ ਰੱਖਣ ਲਈ ਖ਼ਾਤਰ ਪਾਈ ਅਤੇ ਟਿੱਪਣੀ ਕੀਤੀ, ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਮਹੂਰਤ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ? ਜਸਟਿਸ ਐਚ ਐਸ. ਓਕਾ ਅਤੇ ਜਸਟਿਸ ਉਜਵਲ ਬੁਈਆ ਦੇ ਬੈਂਚ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਰਿਹਾਸਤ 'ਚ ਲਏ ਗਏ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਹੋਣ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਹੁੰਦੇ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਦੇਸ਼ ਨਿਕਾਲਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਬੈਂਚ ਨੇ ਕਿਹਾ, 'ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਹਿ ਕੇ ਦੇਸ਼ ਨਿਕਾਲਾ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਨੂੰ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਤੇ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਇਹ ਸਾਡੀ ਚਿੰਤਾ ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 5 ਫਰਵਰੀ। ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੇ ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ ਆਸਾਮ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਐਲਾਨੇ ਗਏ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਨਿਕਾਲਾ ਦੇਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਅਣਜਾਣ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰਿਹਾਸਤ ਕਰਦੇ 'ਚ ਰੱਖਣ ਲਈ ਖ਼ਾਤਰ ਪਾਈ ਅਤੇ ਟਿੱਪਣੀ ਕੀਤੀ, ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਮਹੂਰਤ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ? ਜਸਟਿਸ ਐਚ ਐਸ. ਓਕਾ ਅਤੇ ਜਸਟਿਸ ਉਜਵਲ ਬੁਈਆ ਦੇ ਬੈਂਚ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਰਿਹਾਸਤ 'ਚ ਲਏ ਗਏ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਹੋਣ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਹੁੰਦੇ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਦੇਸ਼ ਨਿਕਾਲਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਬੈਂਚ ਨੇ ਕਿਹਾ, 'ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਹਿ ਕੇ ਦੇਸ਼ ਨਿਕਾਲਾ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਨੂੰ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਤੇ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਇਹ ਸਾਡੀ ਚਿੰਤਾ



ਕਿਉਂ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ? ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦੇਸ਼ ਵਾਪਸ ਭੇਜ ਦਿਓ। ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਮਹੂਰਤ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ?' ਬੈਂਚ ਨੇ ਆਸਾਮ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਕਿਹਾ, 'ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਐਲਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਗਲਾ ਤਰਕਪੂਰਨ ਕਰਮ ਚੁੱਕਣਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਨਜ਼ਰਬੰਦੀ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਰੱਖ ਸਕਦੇ। ਸੰਵਿਧਾਨ ਦੀ ਧਾਰਾ 21 ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਆਸਾਮ 'ਚ ਵਿਦੇਸ਼ੀਆਂ ਲਈ ਕਈ ਨਜ਼ਰਬੰਦੀ ਕੇਂਦਰ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਡਿਪੋਰਟ ਕੀਤਾ ਹੈ?' ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੇ ਆਸਾਮ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ 2 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਡਿਟੈਨੇਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰਾਂ 'ਚ ਬੈਂਚ 63 ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਡਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਪਾਲਣਾ ਹਲਫ਼ਨਾਮਾ ਦਾਇਰ ਕਰਨ ਦਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ। ਬੈਂਚ ਨੇ ਆਸਾਮ 'ਚ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਐਲਾਨੇ ਗਏ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਨਿਕਾਲਾ ਦੇਣ ਅਤੇ ਨਜ਼ਰਬੰਦੀ ਕੇਂਦਰਾਂ 'ਚ ਸਹੂਲਤਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਇਕ ਪਟੀਸ਼ਨ ਦੀ ਸੁਣਵਾਈ ਕੀਤੀ।

## ਮਹਾਕੁੰਭ 'ਤੇ ਇਹ ਕੀ ਬੋਲ ਗਈ ਜਯਾ ਬੱਚਨ, ਭਾਜਪਾ ਮਾਮਲੇ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਦਿੱਤਾ ਵਿਵਾਦਿਤ ਬਿਆਨ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 5 ਫਰਵਰੀ। ਸਮਾਜਵਾਦੀ ਪਾਰਟੀ (ਸਪਾ) ਦੀ ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰ ਜਯਾ ਬੱਚਨ ਨੇ ਕੁੰਭ ਮੇਲੇ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਇਕ ਵਿਵਾਦਿਤ ਬਿਆਨ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੇਲੇ ਦਾ ਪਾਣੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੂਜਿਤ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਭਾਜਪਾ 'ਚ ਮਾਰੇ ਗਏ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਲਾਸ਼ਾਂ ਨਦੀ 'ਚ ਸੁੱਟ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਨ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਪਾਣੀ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੂਜਿਤ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਸੰਸਦ ਕੰਪਲੈਕਸ 'ਚ ਪੱਤਰਕਾਰਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦਿਆਂ ਜਯਾ ਬੱਚਨ ਨੇ ਕਿਹਾ, 'ਇਸ ਸਮੇਂ ਸਭ ਤੋਂ



ਵੱਧ ਦੂਜਿਤ ਪਾਣੀ ਕਿੱਥੇ ਹੈ? ਕੁੰਭ 'ਚ ਭਾਜਪਾ 'ਚ ਮਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਲਾਸ਼ਾਂ ਨਦੀ 'ਚ ਸੁੱਟ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਨ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਪਾਣੀ ਦੂਜਿਤ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਅਸਲ ਮੁੱਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ।' ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰ ਨੇ ਮਹਾਕੁੰਭ 'ਤੇ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 'ਤੇ ਵੀ ਸਵਾਲ ਖੜ੍ਹੇ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ, 'ਕੁੰਭ 'ਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਹੂਲਤਾਂ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਕੋਈ ਪ੍ਰਬੰਧ ਨਹੀਂ ਹੈ।' ਇਹ ਭੁੱਲ ਬੋਲਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਕਰੋੜਾਂ ਲੋਕ ਉੱਥੇ ਆਏ ਹਨ। ਇੰਨੀ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਲੋਕ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਇਕ ਥਾਂ 'ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ? ਜਯਾ ਬੱਚਨ ਦੇ ਇਸ ਬਿਆਨ 'ਤੇ ਭਾਜਪਾ ਨੇਤਾਵਾਂ, ਧਾਰਮਿਕ ਸੰਗਠਨਾਂ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਉੱਭਰਦਾਰਾਂ ਨੇ ਤਿੱਖੀ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਿਆ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਭਾਜਪਾ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਹਿੰਦੂ ਆਸ਼ਾ ਅਤੇ ਕੁੰਭ ਮੇਲੇ ਦਾ ਅਧਮਨ ਦੱਸਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਕਈ ਧਾਰਮਿਕ ਆਗੂਆਂ ਅਤੇ ਸੰਗਠਨਾਂ ਨੇ ਜਯਾ ਬੱਚਨ ਤੋਂ ਮੁਆਫ਼ੀ ਮੰਗਣ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬਿਆਨ ਨੂੰ 'ਗੁੱਮਰਾਹਗੁੱਲ ਅਤੇ ਅਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ' ਦੱਸਿਆ ਹੈ।

## ਤਿਵੇਣੀ 'ਚ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰ ਕੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਅਤੇ ਸੰਤੋਸ਼ ਮਿਲਿਆ : ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ

ਮਹਾਕੁੰਭ ਨਗਰ 4 ਫਰਵਰੀ। ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਮਹਾਕੁੰਭ 'ਚ ਤਿਵੇਣੀ 'ਚ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਨੇ ਬੁੱਧਵਾਰ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੀਰਥਰਾਜ ਆ ਕੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਅਤੇ ਸੰਤੋਸ਼ ਮਿਲਿਆ। ਸ਼੍ਰੀ ਮੋਦੀ ਨੇ ਸੰਗਮ ਇਸ਼ਨਾਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਪੋਸਟ ਕਰ ਕੇ ਕਿਹਾ, 'ਅੱਜ ਮਹਾਕੁੰਭ ??' 'ਚ ਪਵਿੱਤਰ ਸੰਗਮ 'ਚ ਇਸ਼ਨਾਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੁਜਾ ਕਰਨ ਦਾ ਸੁਭਾਗ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ। ਮਾਂ ਗੰਗਾ ਦਾ ਆਸ਼ੀਰਵਾਦ ਪਾ ਕੇ ਮਨ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਸ਼ਾਂਤੀ ਅਤੇ ਸੰਤੋਸ਼ ਮਿਲਿਆ ਹੈ।' ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਦੇਸ਼ ਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਸੁੱਖ, ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਕਲਿਆਣ ਦੀ ਕਾਮਨਾ ਕੀਤੀ। ਮਹਾਕੁੰਭ ਆਸ਼ਾ, ਭਗਤੀ ਅਤੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਦਾ ਸੰਗਮ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸ਼੍ਰੀ ਮੋਦੀ ਵੱਡੇ ਹਨੂੰਮਾਨ ਮੰਦਰ, ਅਕਸ਼ੈਵਟ ਅਤੇ ਸਰਸਵਤੀ ਕੁਪ ਨਹੀਂ ਗਏ। ਦੱਸਣਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਮਹਾਕੁੰਭ 'ਚ ਸ਼ਰਧਾਲੂਆਂ ਦੇ ਸਵਾਗਤ 'ਚ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਰੁਕਾਵਟ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਇਸ ਲਈ ਆਪਣਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬੋਰਡ ਸੀਮਿਤ ਰੱਖਿਆ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ। ਸੰਗਮ ਹੌਲੀਕਾਪਟਰ ਰਾਹੀਂ ਬਮਰੋਲੀ ਪਹੁੰਚੇ। ਇੱਥੋਂ ਇਸ਼ਨਾਨ ਅਤੇ ਪੁਜਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹ ਕਿਸ਼ਤੀ ਏਅਰਫੋਰਸ ਦੇ ਜਹਾਜ਼ ਤੋਂ ਦਿੱਲੀ ਲਈ ਰਵਾਨਾ



'ਤੇ ਅਰੋਲ ਦੇ ਵੀਆਈਪੀ ਘਾਟ ਪਹੁੰਚੇ। ਉੱਥੋਂ ਹੋ ਗਏ। ਤੀਰਥਰਾਜ ਪ੍ਰਯਾਗ 'ਚ ਉਹ ਲਗਭਗ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕਾਫਲਾ ਡੀਪੀਐੱਸ ਪਹੁੰਚਿਆ। ਉੱਥੋਂ 2 ਘੰਟੇ ਰਹੇ।

## ਬਾਰਡਰ ਕਰ 'ਤੇ ਸੀਲ, ਲੱਗਾ ਦਿੱਤਾ ਸਖ਼ਤ ਪਹਿਰਾ, 35000 ਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਕੀਤੀ ਤੈਨਾਤੀ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 5 ਫਰਵਰੀ। ਦਿੱਲੀ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ 2025 ਲਈ ਵੋਟਿੰਗ ਕੱਲ੍ਹ 5 ਫਰਵਰੀ ਨੂੰ ਹੋਵੇਗੀ। ਲਗਭਗ 1.5 ਕਰੋੜ ਲੋਕ ਆਪਣੀ ਵੋਟ ਪਾਉਣਗੇ ਅਤੇ ਸਾਰੀਆਂ 70 ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਸੀਟਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਪੜਾਅ ਵਿੱਚ ਵੋਟਿੰਗ ਹੋਵੇਗੀ। 13766 ਪੋਲਿੰਗ ਬੁਥ ਬਣਾਏ ਗਏ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 3100 ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਾਜ਼ੁਕ ਬੁਥ ਹਨ। ਦਿੱਲੀ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਸਖ਼ਤ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਪੂਰੀ ਦਿੱਲੀ ਸਖ਼ਤ ਨਿਗਰਾਨੀ ਹੇਠ ਹੈ। ਅਰਧ ਸੈਨਿਕ ਬਲ ਦੀਆਂ 220 ਕੰਪਨੀਆਂ, 25 ਹਜ਼ਾਰ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦਿੱਲੀ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਜਵਾਨ ਅਤੇ 10 ਹਜ਼ਾਰ ਹੋਮ ਗਾਰਡ ਪੂਰੇ ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਹਰ ਕੋਨੇ 'ਤੇ ਤਾਇਨਾਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਦਿੱਲੀ ਨਾਲ ਲੱਗਦੀਆਂ ਚਾਰੇ ਸਰਹੱਦਾਂ ਅੱਜ ਰਾਤ ਸੀਲ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ। ਸੀਸੀਟੀਵੀ ਅਤੇ ਡਰੋਨ ਕੈਮਰਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਹਰ ਖੇਤਰ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਪੋਲਿੰਗ ਸਟੇਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਬਾਹਰ ਦਿੱਲੀ ਪੁਲਿਸ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਹੈ। ਅਤਿ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਪੋਲਿੰਗ ਬੁਥਾਂ ਅਤੇ ਸਟਰਾਂ



ਗੁਮਾਂ ਦੇ ਬਾਹਰ ਅਰਧ ਸੈਨਿਕ ਬਲਾਂ ਨੂੰ ਤਾਇਨਾਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਈ.ਵੀ.ਐਮ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਅਤੇ ਚੋਣ ਗਈ ਹੈ। ਸ਼ੱਕੀ ਵਾਹਨਾਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਹਰ ਆਉਣ-ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਅਤੇ ਵਾਹਨ ਦੀ ਚੈਕਿੰਗ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਦਿੱਲੀ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਲਾਠੀ ਚਾਰਜ ਅਤੇ ਡਿਫੈਂਸ ਫੋਰਸ ਨੇ ਵੀ ਸਖ਼ਤ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਪੂਰੀ ਦਿੱਲੀ ਸਖ਼ਤ ਨਿਗਰਾਨੀ ਹੇਠ ਹੈ। ਅਰਧ ਸੈਨਿਕ ਬਲ ਦੀਆਂ 220 ਕੰਪਨੀਆਂ, 25 ਹਜ਼ਾਰ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦਿੱਲੀ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਜਵਾਨ ਅਤੇ 10 ਹਜ਼ਾਰ ਹੋਮ ਗਾਰਡ ਪੂਰੇ ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਹਰ ਕੋਨੇ 'ਤੇ ਤਾਇਨਾਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਦਿੱਲੀ ਨਾਲ ਲੱਗਦੀਆਂ ਚਾਰੇ ਸਰਹੱਦਾਂ ਅੱਜ ਰਾਤ ਸੀਲ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ। ਸੀਸੀਟੀਵੀ ਅਤੇ ਡਰੋਨ ਕੈਮਰਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਹਰ ਖੇਤਰ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਪੋਲਿੰਗ ਸਟੇਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਬਾਹਰ ਦਿੱਲੀ ਪੁਲਿਸ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਹੈ। ਅਤਿ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਪੋਲਿੰਗ ਬੁਥਾਂ ਅਤੇ ਸਟਰਾਂ

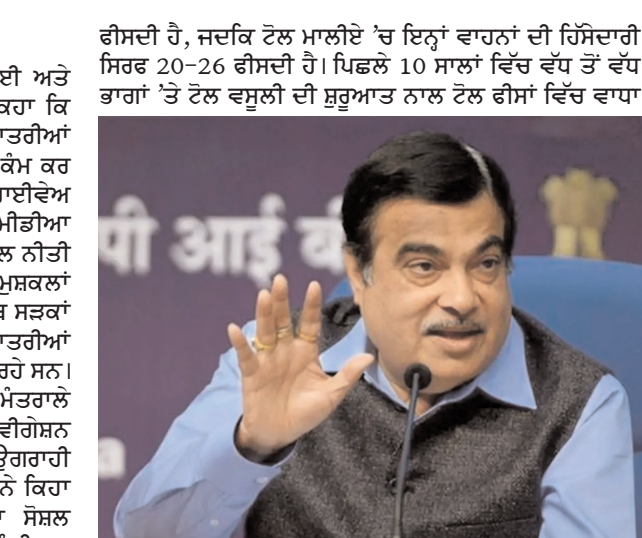
## ਦਿੱਲੀ ਚੋਣਾਂ 'ਚ ਸੱਚ ਦੀ ਜਿੱਤ ਹੋਵੇਗੀ: ਆਤਿਸ਼ੀ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 4 ਫਰਵਰੀ। ਦਿੱਲੀ ਦੀ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਆਤਿਸ਼ੀ ਨੇ ਦਿੱਲੀ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਵੋਟ ਪਾਉਣ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਚੋਣਾਂ ਵਿਚ ਸੱਚ ਦੀ ਜਿੱਤ ਹੋਵੇਗੀ। ਆਤਿਸ਼ੀ ਨੇ 'ਐਕਸ' 'ਤੇ ਬੁੱਧਵਾਰ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਦਿੱਲੀ ਦੀਆਂ ਅੱਜ ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ, ਸਿਰਫ ਇਕ ਚੋਣ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰਮ ਯੁੱਧ ਹੈ। ਇਹ ਚੰਗਿਆਈ ਅਤੇ ਬੁਰਾਈ ਦੀ ਲੜਾਈ ਹੈ। ਇਹ ਕੰਮ ਅਤੇ ਗੁੰਝਾਗਰਦੀ ਦੀ ਲੜਾਈ ਹੈ। ਮੇਰੀ ਸਾਰੇ ਦਿੱਲੀ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੀ ਵੋਟ ਪਾਓ। ਕੰਮ ਲਈ ਵੋਟ ਪਾਓ, ਚੰਗਿਆਈ ਲਈ ਵੋਟ ਪਾਓ। ਸੱਚ ਦੀ ਜਿੱਤ ਹੋਵੇਗੀ। ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਕੌਮੀ ਕਨਵੀਨਰ ਅਰਵਿੰਦ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਆਰੇਰ ਦਿੱਲੀ ਵਾਸੀਆਂ, ਅੱਜ ਵੋਟ ਦਾ ਦਿਨ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਵੋਟ ਸਿਰਫ ਇਕ ਬਟਨ ਨਹੀਂ, ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਉਜਵਲ ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਨੀਂਹ ਹੈ। ਚੰਗੇ ਸਕੂਲ, ਬਿਹਤਰੀਨ ਹਸਪਤਾਲ ਅਤੇ ਹਰ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਸਨਮਾਨਜਨਕ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅੱਜ ਸਾਨੂੰ ਭੁੱਲ, ਨਫ਼ਰਤ ਅਤੇ ਡਰ ਦੀ ਸਿਆਸਤ ਨੂੰ ਹਰਾ ਕੇ ਸੱਚਾਈ, ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਈਮਾਨਦਾਰੀ ਨੂੰ ਜਿਤਾਉਣਾ ਹੈ। ਖੁਦ ਵੀ ਵੋਟ ਪਾਓ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ, ਦੋਸਤਾਂ, ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰੋ। ਗੁੰਝਾਗਰਦੀ ਚਾਰੇਗੀ, ਦਿੱਲੀ ਜਿੱਤੋਗੀ। 'ਆਪ' ਨੇ ਤਾਂ ਮਨੀਸ਼ ਸਿਸੋਦੀਆ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੈਂ ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵੋਟਰਾਂ ਨੂੰ ਲੋਕਤੰਤਰ ਦੇ ਇਸ ਮਹਾਨ ਤਿਉਹਾਰ 'ਚ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਾਲ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਅਤੇ ਯਕੀਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੋਟ ਪਾਉਣ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕਰਦਾ ਹਾਂ।



## ਨਿਤਿਨ ਗਡਕਰੀ ਦਾ ਵੱਡਾ ਬਿਆਨ, ਪੂਰੇ ਦੇਸ਼ 'ਚ ਲੱਗੇਗਾ ਇੱਕੋ ਜਿਹਾ ਟੋਲ ਟੈਕਸ

ਤੇਜਿੰਦਰ ਕੌਰ ਬੱਬਰ  
ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 5 ਫਰਵਰੀ। ਕੇਂਦਰੀ ਸੜਕੀ ਆਵਾਜਾਈ ਅਤੇ ਰਾਜਮਾਰਗ ਮੰਤਰੀ ਨਿਤਿਨ ਗਡਕਰੀ ਨੇ ਸੋਮਵਾਰ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੜਕ ਆਵਾਜਾਈ ਮੰਤਰਾਲਾ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਰਾਜਮਾਰਗਾਂ 'ਤੇ ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਰਾਹਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਇਕਸਾਰ ਟੋਲ ਨੀਤੀ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਗਡਕਰੀ ਨੇ ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਕਿ ਭਾਰਤ ਦਾ ਹਾਈਵੇਅ ਬੁਨਿਆਦੀ ਢਾਂਚਾ ਹੁਣ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਮੀਡੀਆ ਨਾਲ ਇਕ ਇੰਟਰਵਿਊ ਵਿਚ ਕਿਹਾ, ਅਸੀਂ ਇੱਕੋ ਸਮਾਨ ਟੋਲ ਨੀਤੀ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਇਸ ਨਾਲ ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਦਰਪੇਸ਼ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਹੱਲ ਹੋਵੇਗਾ।' ਗਡਕਰੀ ਉੱਚ ਟੋਲ ਚਾਰਜ ਅਤੇ ਖਰਾਬ ਸੜਕਾਂ ਦੀਆਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਕਾਰਨ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਰਾਜਮਾਰਗਾਂ 'ਤੇ ਯਾਤਰੀਆਂ ਵਿਚ ਵਧ ਰਹੇ ਅਸੰਤੁਸ਼ਟੀ 'ਤੇ ਇਕ ਸਵਾਲ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇ ਰਹੇ ਸਨ। ਸੜਕੀ ਆਵਾਜਾਈ ਅਤੇ ਰਾਜਮਾਰਗ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੰਤਰਾਲੇ ਨੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਰਾਜਮਾਰਗਾਂ 'ਤੇ ਇੱਕ ਸਹਿਜ ਗਲਬਣ ਨੈਵੀਗੇਸ਼ਨ ਸੈਟੇਲਾਈਟ ਸਿਸਟਮ (ਜੀਐਨਐੱਸਐੱਸ) ਆਧਾਰਤ ਟੋਲ ਉਗਰਾਹੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਗਡਕਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੜਕੀ ਆਵਾਜਾਈ ਅਤੇ ਰਾਜਮਾਰਗ ਮੰਤਰਾਲਾ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਯਾਤਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਾਲ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨੋਕਰਾਂ ਵਰਗੇ ਵਿਰੁੱਧ ਸਖ਼ਤ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ 'ਚ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਰਾਜ ਮਾਰਗਾਂ 'ਤੇ ਕੁੱਲ ਟੈਰਿਫਿਕ 'ਚ ਨਿੱਜੀ ਕਾਰਾਂ ਦੀ ਹਿੱਸੇਦਾਰੀ ਲਗਭਗ 60



ਹੋਇਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਅਕਸਰ ਯਾਤਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਅਸੰਤੁਸ਼ਟੀ ਵਧਦੀ ਹੈ। 2023-24 ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਕੁੱਲ ਟੋਲ ਕੁਲੈਕਸ਼ਨ 64,809.86 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਗਈ, ਜੋ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ 35 ਫੀਸਦੀ ਵੱਧ ਹੈ। ਸਾਲ 2019-20 ਵਿੱਚ ਕੁਲੈਕਸ਼ਨ

27,503 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਸੀ। ਗਡਕਰੀ ਨੇ ਭਰੋਸਾ ਜਤਾਇਆ ਕਿ ਰਾਜਮਾਰਗ ਮੰਤਰਾਲਾ ਮੌਜੂਦਾ ਵਿੱਤੀ ਸਾਲ 2020-21 ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਤੀ ਦਿਨ 37 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਹਾਈਵੇਅ ਨਿਰਮਾਣ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਰਿਕਾਰਡ ਨੂੰ ਪਾਰ ਕਰ ਦੇਵੇਗਾ। ਚਾਲੂ ਵਿੱਤੀ ਸਾਲ 'ਚ ਹੁਣ ਤੱਕ ਕਰੀਬ 7,000 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਹਾਈਵੇਅ ਬਣਾਏ ਜਾ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਭਾਰਤਮਾਲਾ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਨਵੀਂ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਅਣਹੋਂਦ ਵਿੱਚ ਹਾਈਵੇ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਨੂੰ ਐਵਾਰਡ ਦੇਣ ਦੀ ਹਫ਼ਤਾਵਾਰ ਕਾਫ਼ੀ ਮੌਨੀ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਗਡਕਰੀ ਅਨੁਸਾਰ ਪਹਿਲਾਂ ਭਾਰਤਮਾਲਾ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਤਹਿਤ ਮੰਤਰਾਲੇ ਕੋਲ 3,000 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਤੱਕ ਦੇ ਹਾਈਵੇ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟਾਂ ਨੂੰ ਅਲਾਟ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਸੀ ਪਰ ਹੁਣ ਮੰਤਰਾਲਾ ਭਾਰਤਮਾਲਾ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਤਹਿਤ ਕਿਸੇ ਵੀ ਨਵੇਂ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ, 'ਹੁਣ ਸਾਨੂੰ 1,000 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਲਈ ਕੋਥਿਨਟ ਦੀ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਲੈਣੀ ਪਵੇਗੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਸੀਂ 50-60 ਹਜ਼ਾਰ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੇ ਪ੍ਰਾਜੈਕਟ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਲਈ ਕੋਥਿਨਟ ਨੂੰ ਭੇਜ ਦਿੱਤੇ ਹਨ। ਦਿੱਲੀ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ 'ਤੇ ਇਕ ਸਵਾਲ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦਿਆਂ ਗਡਕਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਵਾਰ ਭਾਜਪਾ ਦਿੱਲੀ 'ਚ ਸੱਤਾ 'ਚ ਆਵੇਗੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਲੋਕ ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਾਲੀ ਸਰਕਾਰ ਤੋਂ ਨਾਰਾਜ਼ ਹਨ। ਦਿੱਲੀ ਵਿੱਚ 5 ਫਰਵਰੀ ਨੂੰ ਵੋਟਿੰਗ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ 8 ਫਰਵਰੀ ਨੂੰ ਨਤੀਜੇ ਐਲਾਨੇ ਜਾਣਗੇ।



# ਜਲੰਧਰ ਇੰਪਰੂਵਮੈਂਟ ਟਰੱਸਟ ਨੇ ਫਲੈਟ ਅਲਾਟਮੈਂਟ 'ਚ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ, ਦੇਣਾ ਪਵੇਗਾ ਮੋਟਾ ਜੁਰਮਾਨਾ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 5 ਫਰਵਰੀ। ਜਲੰਧਰ ਖਪਤਕਾਰ ਬੁਰਜ਼ਾ ਨਿਵਾਰਨ ਕਮਿਸ਼ਨ ਨੇ ਫਲੈਟ ਦੀ ਅਲਾਟਮੈਂਟ ਸਰਤਾਂ ਅਤੇ ਨਿਯਮਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਨਾ ਕਰਨ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਵਿਚ ਜਲੰਧਰ ਇੰਪਰੂਵਮੈਂਟ ਟਰੱਸਟ ਨੂੰ ਦੋਸ਼ੀ ਠਹਿਰਾਇਆ ਹੈ। ਉਥੇਗਤਾ ਫੋਰਮ ਨੇ ਨੂੰ 4,26,769/- ਰੁਪਏ 9 ਫੀਸਦੀ ਦੀ ਸਲਾਨਾ ਵਿਆਜ ਦਰ ਨਾਲ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ, ਮਾਨਸਿਕ ਪੀੜਾ ਅਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਲਈ ਮੁਆਵਜ਼ੇ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ 30,000/- ਰੁਪਏ ਅਤੇ ਮੁਕੱਦਮੇਬਾਜੀ ਦੇ ਖਰਚੇ ਲਈ 5000/- ਰੁਪਏ ਸ਼ਿਕਾਇਤਕਰਤਾ ਨੂੰ ਦੇਣ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਇਸ ਕੇਸ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ 45 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕਰਨ ਦਾ ਆਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਜਲੰਧਰ ਜਲੰਧਰ ਦੇ ਗੁਰੂ ਤੇਗ ਬਹਾਦਰ ਨਗਰ ਦੀ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਹਰਜੀਤ ਕੌਰ (ਸ਼ਿਕਾਇਤਕਰਤਾ) ਪਤਨੀ ਅਰਜਨ ਸਿੰਘ ਵਲੋਂ ਦਰਜ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਮੁਤਾਬਕ ਪਿੰਡ ਸਲੇਮਪੁਰ ਮੁਸਲਮਾਣਾ, ਤਹਿਸੀਲ ਅਤੇ ਜਲੰਧਰ ਜਲੰਧਰ ਦੇ ਨੇੜੇ 13.96 ਏਕੜ ਸਕੀਮ ਦੇ ਤਹਿਤ ਇੰਦਰਾ ਪੁਰਮ (ਮਾਸਟਰ ਗੁਰਬੱਤਾ ਸਿੰਘ ਐਨਕਲਵ) ਵਿਚ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਫਲੈਟ ਬਣਾਏ ਜਾਣੇ ਸਨ। ਹਰਜੀਤ ਕੌਰ ਨੂੰ ਬਲਾਕ ਏ ਵਿਚ ਦੂਜੀ ਮੰਜੀਲ 'ਤੇ ਕੁੱਲ 3,70,200/- ਦੀ ਕਰਮ 'ਤੇ ਫਲੈਟ ਅਲਾਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਦੁਆਰਾ ਮਿਤੀ 04.09.2006 ਨੂੰ ਅਲਾਟਮੈਂਟ ਪੱਤਰ ਜੋ ਆਈ.ਟੀ./4448 ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਉਕਤ ਅਲਾਟਮੈਂਟ ਪੱਤਰ ਵਿਚ ਦਰਜ ਸਰਤਾਂ ਅਤੇ ਨਿਯਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਲ 2009 ਦੇ ਮਾਰਚ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਫਲੈਟ ਦੀ ਵਿਕਰੀ ਕੀਮਤ 3,70,200/- ਦੀ ਮੂਲ ਕੀਮਤ ਤਹਿਤ ਸਬੰਧੀ ਕਿਸਤਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਬੰਧਤ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੀ। ਵਾਰ-ਵਾਰ ਬੇਨਤੀਆਂ ਅਤੇ ਮੰਗਾਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ 2 ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਨਿਰਧਾਰਤ ਸਮਾਂ ਮਿਆਦ ਦੇ

ਬਾਅਦ ਵੀ ਫਲੈਟ ਡਿਲੀਵਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਫਲੈਟ ਅਲਾਟਮੈਂਟ ਪੱਤਰ ਦੀ ਧਾਰਾ ਨੰ.7 ਦੇ ਤਹਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਸ਼ਿਕਾਇਤਕਰਤਾ ਨੂੰ ਫਲੈਟ ਦੇ ਭੌਤਿਕ ਕਬਜ਼ੇ ਦੀ ਡਿਲੀਵਰੀ ਲਈ ਮੌਕਾ ਮਿਲਿਆ। ਪਤਨੀ ਅਰਜਨ ਸਿੰਘ ਵਲੋਂ ਦਰਜ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਮੁਤਾਬਕ ਪਿੰਡ ਸਲੇਮਪੁਰ ਮੁਸਲਮਾਣਾ, ਤਹਿਸੀਲ ਅਤੇ ਜਲੰਧਰ ਜਲੰਧਰ ਦੇ ਨੇੜੇ 13.96 ਏਕੜ ਸਕੀਮ ਦੇ ਤਹਿਤ ਇੰਦਰਾ ਪੁਰਮ (ਮਾਸਟਰ ਗੁਰਬੱਤਾ ਸਿੰਘ ਐਨਕਲਵ) ਵਿਚ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਫਲੈਟ ਬਣਾਏ ਜਾਣੇ ਸਨ। ਹਰਜੀਤ ਕੌਰ ਨੂੰ ਬਲਾਕ ਏ ਵਿਚ ਦੂਜੀ ਮੰਜੀਲ 'ਤੇ ਕੁੱਲ 3,70,200/- ਦੀ ਕਰਮ 'ਤੇ ਫਲੈਟ ਅਲਾਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਦੁਆਰਾ ਮਿਤੀ 04.09.2006 ਨੂੰ ਅਲਾਟਮੈਂਟ ਪੱਤਰ ਜੋ ਆਈ.ਟੀ./4448 ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਉਕਤ ਅਲਾਟਮੈਂਟ ਪੱਤਰ ਵਿਚ ਦਰਜ ਸਰਤਾਂ ਅਤੇ ਨਿਯਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਲ 2009 ਦੇ ਮਾਰਚ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਫਲੈਟ ਦੀ ਵਿਕਰੀ ਕੀਮਤ 3,70,200/- ਦੀ ਮੂਲ ਕੀਮਤ ਤਹਿਤ ਸਬੰਧੀ ਕਿਸਤਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਬੰਧਤ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੀ। ਵਾਰ-ਵਾਰ ਬੇਨਤੀਆਂ ਅਤੇ ਮੰਗਾਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ 2 ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਨਿਰਧਾਰਤ ਸਮਾਂ ਮਿਆਦ ਦੇ

ਬਾਅਦ ਵੀ ਫਲੈਟ ਡਿਲੀਵਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਫਲੈਟ ਅਲਾਟਮੈਂਟ ਪੱਤਰ ਦੀ ਧਾਰਾ ਨੰ.7 ਦੇ ਤਹਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਸ਼ਿਕਾਇਤਕਰਤਾ ਨੂੰ ਫਲੈਟ ਦੇ ਭੌਤਿਕ ਕਬਜ਼ੇ ਦੀ ਡਿਲੀਵਰੀ ਲਈ ਮੌਕਾ ਮਿਲਿਆ। ਪਤਨੀ ਅਰਜਨ ਸਿੰਘ ਵਲੋਂ ਦਰਜ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਮੁਤਾਬਕ ਪਿੰਡ ਸਲੇਮਪੁਰ ਮੁਸਲਮਾਣਾ, ਤਹਿਸੀਲ ਅਤੇ ਜਲੰਧਰ ਜਲੰਧਰ ਦੇ ਨੇੜੇ 13.96 ਏਕੜ ਸਕੀਮ ਦੇ ਤਹਿਤ ਇੰਦਰਾ ਪੁਰਮ (ਮਾਸਟਰ ਗੁਰਬੱਤਾ ਸਿੰਘ ਐਨਕਲਵ) ਵਿਚ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਫਲੈਟ ਬਣਾਏ ਜਾਣੇ ਸਨ। ਹਰਜੀਤ ਕੌਰ ਨੂੰ ਬਲਾਕ ਏ ਵਿਚ ਦੂਜੀ ਮੰਜੀਲ 'ਤੇ ਕੁੱਲ 3,70,200/- ਦੀ ਕਰਮ 'ਤੇ ਫਲੈਟ ਅਲਾਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਦੁਆਰਾ ਮਿਤੀ 04.09.2006 ਨੂੰ ਅਲਾਟਮੈਂਟ ਪੱਤਰ ਜੋ ਆਈ.ਟੀ./4448 ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਉਕਤ ਅਲਾਟਮੈਂਟ ਪੱਤਰ ਵਿਚ ਦਰਜ ਸਰਤਾਂ ਅਤੇ ਨਿਯਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਲ 2009 ਦੇ ਮਾਰਚ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਫਲੈਟ ਦੀ ਵਿਕਰੀ ਕੀਮਤ 3,70,200/- ਦੀ ਮੂਲ ਕੀਮਤ ਤਹਿਤ ਸਬੰਧੀ ਕਿਸਤਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਬੰਧਤ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੀ। ਵਾਰ-ਵਾਰ ਬੇਨਤੀਆਂ ਅਤੇ ਮੰਗਾਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ 2 ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਨਿਰਧਾਰਤ ਸਮਾਂ ਮਿਆਦ ਦੇ

ਬਾਅਦ ਵੀ ਫਲੈਟ ਡਿਲੀਵਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਫਲੈਟ ਅਲਾਟਮੈਂਟ ਪੱਤਰ ਦੀ ਧਾਰਾ ਨੰ.7 ਦੇ ਤਹਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਸ਼ਿਕਾਇਤਕਰਤਾ ਨੂੰ ਫਲੈਟ ਦੇ ਭੌਤਿਕ ਕਬਜ਼ੇ ਦੀ ਡਿਲੀਵਰੀ ਲਈ ਮੌਕਾ ਮਿਲਿਆ। ਪਤਨੀ ਅਰਜਨ ਸਿੰਘ ਵਲੋਂ ਦਰਜ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਮੁਤਾਬਕ ਪਿੰਡ ਸਲੇਮਪੁਰ ਮੁਸਲਮਾਣਾ, ਤਹਿਸੀਲ ਅਤੇ ਜਲੰਧਰ ਜਲੰਧਰ ਦੇ ਨੇੜੇ 13.96 ਏਕੜ ਸਕੀਮ ਦੇ ਤਹਿਤ ਇੰਦਰਾ ਪੁਰਮ (ਮਾਸਟਰ ਗੁਰਬੱਤਾ ਸਿੰਘ ਐਨਕਲਵ) ਵਿਚ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਫਲੈਟ ਬਣਾਏ ਜਾਣੇ ਸਨ। ਹਰਜੀਤ ਕੌਰ ਨੂੰ ਬਲਾਕ ਏ ਵਿਚ ਦੂਜੀ ਮੰਜੀਲ 'ਤੇ ਕੁੱਲ 3,70,200/- ਦੀ ਕਰਮ 'ਤੇ ਫਲੈਟ ਅਲਾਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਦੁਆਰਾ ਮਿਤੀ 04.09.2006 ਨੂੰ ਅਲਾਟਮੈਂਟ ਪੱਤਰ ਜੋ ਆਈ.ਟੀ./4448 ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਉਕਤ ਅਲਾਟਮੈਂਟ ਪੱਤਰ ਵਿਚ ਦਰਜ ਸਰਤਾਂ ਅਤੇ ਨਿਯਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਲ 2009 ਦੇ ਮਾਰਚ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਫਲੈਟ ਦੀ ਵਿਕਰੀ ਕੀਮਤ 3,70,200/- ਦੀ ਮੂਲ ਕੀਮਤ ਤਹਿਤ ਸਬੰਧੀ ਕਿਸਤਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਬੰਧਤ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੀ। ਵਾਰ-ਵਾਰ ਬੇਨਤੀਆਂ ਅਤੇ ਮੰਗਾਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ 2 ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਨਿਰਧਾਰਤ ਸਮਾਂ ਮਿਆਦ ਦੇ



ਬਾਅਦ ਵੀ ਫਲੈਟ ਡਿਲੀਵਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਫਲੈਟ ਅਲਾਟਮੈਂਟ ਪੱਤਰ ਦੀ ਧਾਰਾ ਨੰ.7 ਦੇ ਤਹਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਸ਼ਿਕਾਇਤਕਰਤਾ ਨੂੰ ਫਲੈਟ ਦੇ ਭੌਤਿਕ ਕਬਜ਼ੇ ਦੀ ਡਿਲੀਵਰੀ ਲਈ ਮੌਕਾ ਮਿਲਿਆ। ਪਤਨੀ ਅਰਜਨ ਸਿੰਘ ਵਲੋਂ ਦਰਜ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਮੁਤਾਬਕ ਪਿੰਡ ਸਲੇਮਪੁਰ ਮੁਸਲਮਾਣਾ, ਤਹਿਸੀਲ ਅਤੇ ਜਲੰਧਰ ਜਲੰਧਰ ਦੇ ਨੇੜੇ 13.96 ਏਕੜ ਸਕੀਮ ਦੇ ਤਹਿਤ ਇੰਦਰਾ ਪੁਰਮ (ਮਾਸਟਰ ਗੁਰਬੱਤਾ ਸਿੰਘ ਐਨਕਲਵ) ਵਿਚ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਫਲੈਟ ਬਣਾਏ ਜਾਣੇ ਸਨ। ਹਰਜੀਤ ਕੌਰ ਨੂੰ ਬਲਾਕ ਏ ਵਿਚ ਦੂਜੀ ਮੰਜੀਲ 'ਤੇ ਕੁੱਲ 3,70,200/- ਦੀ ਕਰਮ 'ਤੇ ਫਲੈਟ ਅਲਾਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਦੁਆਰਾ ਮਿਤੀ 04.09.2006 ਨੂੰ ਅਲਾਟਮੈਂਟ ਪੱਤਰ ਜੋ ਆਈ.ਟੀ./4448 ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਉਕਤ ਅਲਾਟਮੈਂਟ ਪੱਤਰ ਵਿਚ ਦਰਜ ਸਰਤਾਂ ਅਤੇ ਨਿਯਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਲ 2009 ਦੇ ਮਾਰਚ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਫਲੈਟ ਦੀ ਵਿਕਰੀ ਕੀਮਤ 3,70,200/- ਦੀ ਮੂਲ ਕੀਮਤ ਤਹਿਤ ਸਬੰਧੀ ਕਿਸਤਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਬੰਧਤ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੀ। ਵਾਰ-ਵਾਰ ਬੇਨਤੀਆਂ ਅਤੇ ਮੰਗਾਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ 2 ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਨਿਰਧਾਰਤ ਸਮਾਂ ਮਿਆਦ ਦੇ

ਬਾਅਦ ਵੀ ਫਲੈਟ ਡਿਲੀਵਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਫਲੈਟ ਅਲਾਟਮੈਂਟ ਪੱਤਰ ਦੀ ਧਾਰਾ ਨੰ.7 ਦੇ ਤਹਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਸ਼ਿਕਾਇਤਕਰਤਾ ਨੂੰ ਫਲੈਟ ਦੇ ਭੌਤਿਕ ਕਬਜ਼ੇ ਦੀ ਡਿਲੀਵਰੀ ਲਈ ਮੌਕਾ ਮਿਲਿਆ। ਪਤਨੀ ਅਰਜਨ ਸਿੰਘ ਵਲੋਂ ਦਰਜ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਮੁਤਾਬਕ ਪਿੰਡ ਸਲੇਮਪੁਰ ਮੁਸਲਮਾਣਾ, ਤਹਿਸੀਲ ਅਤੇ ਜਲੰਧਰ ਜਲੰਧਰ ਦੇ ਨੇੜੇ 13.96 ਏਕੜ ਸਕੀਮ ਦੇ ਤਹਿਤ ਇੰਦਰਾ ਪੁਰਮ (ਮਾਸਟਰ ਗੁਰਬੱਤਾ ਸਿੰਘ ਐਨਕਲਵ) ਵਿਚ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਫਲੈਟ ਬਣਾਏ ਜਾਣੇ ਸਨ। ਹਰਜੀਤ ਕੌਰ ਨੂੰ ਬਲਾਕ ਏ ਵਿਚ ਦੂਜੀ ਮੰਜੀਲ 'ਤੇ ਕੁੱਲ 3,70,200/- ਦੀ ਕਰਮ 'ਤੇ ਫਲੈਟ ਅਲਾਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਦੁਆਰਾ ਮਿਤੀ 04.09.2006 ਨੂੰ ਅਲਾਟਮੈਂਟ ਪੱਤਰ ਜੋ ਆਈ.ਟੀ./4448 ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਉਕਤ ਅਲਾਟਮੈਂਟ ਪੱਤਰ ਵਿਚ ਦਰਜ ਸਰਤਾਂ ਅਤੇ ਨਿਯਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਲ 2009 ਦੇ ਮਾਰਚ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਫਲੈਟ ਦੀ ਵਿਕਰੀ ਕੀਮਤ 3,70,200/- ਦੀ ਮੂਲ ਕੀਮਤ ਤਹਿਤ ਸਬੰਧੀ ਕਿਸਤਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਬੰਧਤ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੀ। ਵਾਰ-ਵਾਰ ਬੇਨਤੀਆਂ ਅਤੇ ਮੰਗਾਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ 2 ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਨਿਰਧਾਰਤ ਸਮਾਂ ਮਿਆਦ ਦੇ

ਬਾਅਦ ਵੀ ਫਲੈਟ ਡਿਲੀਵਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਫਲੈਟ ਅਲਾਟਮੈਂਟ ਪੱਤਰ ਦੀ ਧਾਰਾ ਨੰ.7 ਦੇ ਤਹਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਸ਼ਿਕਾਇਤਕਰਤਾ ਨੂੰ ਫਲੈਟ ਦੇ ਭੌਤਿਕ ਕਬਜ਼ੇ ਦੀ ਡਿਲੀਵਰੀ ਲਈ ਮੌਕਾ ਮਿਲਿਆ। ਪਤਨੀ ਅਰਜਨ ਸਿੰਘ ਵਲੋਂ ਦਰਜ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਮੁਤਾਬਕ ਪਿੰਡ ਸਲੇਮਪੁਰ ਮੁਸਲਮਾਣਾ, ਤਹਿਸੀਲ ਅਤੇ ਜਲੰਧਰ ਜਲੰਧਰ ਦੇ ਨੇੜੇ 13.96 ਏਕੜ ਸਕੀਮ ਦੇ ਤਹਿਤ ਇੰਦਰਾ ਪੁਰਮ (ਮਾਸਟਰ ਗੁਰਬੱਤਾ ਸਿੰਘ ਐਨਕਲਵ) ਵਿਚ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਫਲੈਟ ਬਣਾਏ ਜਾਣੇ ਸਨ। ਹਰਜੀਤ ਕੌਰ ਨੂੰ ਬਲਾਕ ਏ ਵਿਚ ਦੂਜੀ ਮੰਜੀਲ 'ਤੇ ਕੁੱਲ 3,70,200/- ਦੀ ਕਰਮ 'ਤੇ ਫਲੈਟ ਅਲਾਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਦੁਆਰਾ ਮਿਤੀ 04.09.2006 ਨੂੰ ਅਲਾਟਮੈਂਟ ਪੱਤਰ ਜੋ ਆਈ.ਟੀ./4448 ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਉਕਤ ਅਲਾਟਮੈਂਟ ਪੱਤਰ ਵਿਚ ਦਰਜ ਸਰਤਾਂ ਅਤੇ ਨਿਯਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਲ 2009 ਦੇ ਮਾਰਚ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਫਲੈਟ ਦੀ ਵਿਕਰੀ ਕੀਮਤ 3,70,200/- ਦੀ ਮੂਲ ਕੀਮਤ ਤਹਿਤ ਸਬੰਧੀ ਕਿਸਤਾਂ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਬੰਧਤ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੀ। ਵਾਰ-ਵਾਰ ਬੇਨਤੀਆਂ ਅਤੇ ਮੰਗਾਂ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ 2 ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਨਿਰਧਾਰਤ ਸਮਾਂ ਮਿਆਦ ਦੇ



2022-23 'ਚ ਵਧ ਕੇ 12,788 ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਧਾ ਬਰਨਾਲਾ ਜਿਲ੍ਹੇ 'ਚ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਿਆ ਹੈ। ਦੱਸ ਦੇਈਏ ਕਿ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਫੋਡਰ ਕਈ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਫੈਲਦਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਇੱਕ ਸਰਿੰਜ ਦੀ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਲੋਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ, ਕਿਸੇ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪਾਜ਼ੀਟਿਵ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਅਸੁਰੱਖਿਤ ਸਰੀਰਕ ਸੰਬੰਧ ਬਣਾਉਣਾ, ਇੱਕੋ ਸੀਟ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਵਰਤਣ ਨਾਲ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਮਰੀਜ਼ ਦਾ ਖੂਨ ਕਿਸੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਚੜ੍ਹਾਉਣਾ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਅੰਤਰ ਐੱਚ.ਆਈ.ਵੀ. ਪਾਜ਼ੀਟਿਵ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵੀ ਸੰਕਰਮਣ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

## ਆਰਥਿਕ ਖਤਰਾ ਨੂੰ ਚਾਲੂ ਵਿੱਤੀ ਸਾਲ 'ਚ 7.5 ਤੋਂ 8 ਫੀਸਦੀ ਸਹੇਂਗੀ : ਫਿੱਕੀ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 5 ਫਰਵਰੀ। ਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਆਫ ਇੰਡੀਅਨ ਚੈਂਬਰਜ਼ ਆਫ ਕਾਮਰਸ ਐਂਡ ਇੰਡਸਟਰੀ (ਫਿੱਕੀ) ਦੇ ਨਵ-ਨਿਯੁਕਤ ਪ੍ਰਧਾਨ ਅਨੀਸ ਸਾਹ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮਜ਼ਬੂਤ ਆਰਥਿਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ, ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਪਾਰਨਾ ਅਤੇ ਵਧਦੇ ਨਿੱਜੀ ਨਿਵੇਸ਼ ਨਾਲ ਉਦਯੋਗ ਨੂੰ ਚਾਲੂ ਵਿੱਤੀ ਸਾਲ 'ਚ 7.5 ਤੋਂ 8 ਫੀਸਦੀ ਅਤੇ ਅਗਲੇ ਵਿੱਤੀ ਸਾਲ 2024-25 'ਚ 8



ਫੀਸਦੀ ਵਾਧਾ ਦਰ ਦੀ ਉਮੀਦ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹਾਲਾਂਕਿ ਆਲਮੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਸੰਕਟ ਕਾਰਨ ਆਰਥਿਕ ਵਾਧੇ ਸਾਹਮਣੇ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਵੀ ਹਨ। ਮਹਿੰਦਰਾ ਐਂਡ ਮਹਿੰਦਰਾ ਗਰੁੱਪ ਦੇ ਸੀ. ਈ. ਓ. (ਮੁੱਖ ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਅਧਿਕਾਰੀ) ਅਤੇ ਮੈਨੇਜਿੰਗ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਅਸੀਂ ਹੁਣ ਤੱਕ 7.8 ਫੀਸਦੀ ਅਤੇ 7.6 ਫੀਸਦੀ ਦੀ ਵਾਧਾ ਦਰ ਦੇ ਬਿਹਤਰ ਅੰਕੜੇ ਵੇਖੇ ਹਨ। ਮਜ਼ਬੂਤ ਆਰਥਿਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਦੇ ਮੱਦੇਨਜ਼ਰ, ਮੇਰਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸਥਿਤੀ ਬਣੀ ਰਹੇਗੀ। ਅਸੀਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹਾਂ ਕਿ ਕਈ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨਿਵੇਸ਼ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਸਮਰੱਥਾ ਵਧ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।"

## ਮੋਟੀਆਣਾ ਪੁਲਸ ਵੱਲੋਂ ਗੋਰੀ ਦੋਸ਼ੀ ਵਿਅਕਤੀ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ

ਮੋਟੀਆਣਾ 5 ਫਰਵਰੀ। ਜਲੰਧਰ ਪੁਲਸ ਮੁਖੀ ਸੁਖਮਿੰਦਰ ਸੁਰਿੰਦਰ ਲਾਥਾ ਵੱਲੋਂ ਦੋਸ਼ੀ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਮੁਹਿੰਮ ਚਲਾਈ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਮੁਹਿੰਮ ਤਹਿਤ ਬਾਣਾ ਮੋਟੀਆਣਾ ਦੇ ਮੁੱਖ ਅਫਸਰ ਸਬ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਜਗਜੀਤ ਸਿੰਘ ਦੀ ਦੇਖ ਰੇਖ ਹੇਠ ਬਣਾਈ ਪੁਲਸ ਟੀਮ ਨੇ ਇੱਕ ਮੁਕੱਦਮੇ ਵਿੱਚ ਨਾਮਜ਼ਦ ਦੋਸ਼ੀ ਅਸਰਾਫ ਅਲੀ ਪੁੱਤਰ ਅਬਦੁਲ ਗਫੂਰ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਫਲਤਾ ਹਾਸਲ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਿਆਂ ਮੁੱਖ ਅਫਸਰ ਜਗਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਕਤ ਦੋਸ਼ੀ ਖੱਲਿਫ ਮੁਕੱਦਮਾ ਨੰਬਰ 180 ਮਿਤੀ 30 ਦਸੰਬਰ 2021 ਨੂੰ ਜੇਕਰ ਦਸਤਾ 363,366 ਦੇ ਤਹਿਤ ਬਾਣਾ ਮੋਟੀਆਣਾ ਵਿਖੇ ਮੁਕੱਦਮਾ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਜਿੱਥੇ ਇੱਕ ਕੁੜੀ ਨੂੰ ਵਿਆਹ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਝਾਂਸਾ ਦੇ ਕੇ ਜਬਰਦਸਤੀ ਝਜਾ ਕੇ ਲੈ ਗਿਆ ਸੀ।

## ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲ 'ਚ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਅਲਮਾਰੀ ਨੂੰ ਲਾਈ ਅੱਗ, ਸਰਕਾਰੀ ਰਿਕਾਰਡ ਨੂੰ ਸਾੜ ਕੇ ਕੀਤਾ ਸੁਆਹ

ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ 5 ਫਰਵਰੀ। ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਦੇ ਆਧੀਨ ਪੈਂਦੇ ਪਿੰਡ ਮਗਰਲਾ ਦੇ ਸਰਕਾਰੀ ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ 'ਚ ਬੀਤੇ ਰਾਤ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਜਿੱਥੇ ਦਫਤਰ 'ਚ ਪਈ ਅਲਮਾਰੀ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲਗਾ ਕੇ ਸਾਰਾ ਰਿਕਾਰਡ ਸਾੜ ਦਿੱਤਾ, ਉੱਥੇ ਸਕੂਲ 'ਚ ਲੱਗੇ ਕੈਮਿਰਿਆਂ ਦੇ ਡੀ.ਵੀ.ਆਰ, ਕੈਮਿਰਿਆਂ ਅਤੇ ਵਾਈਫਾਈ ਦਾ ਮੌਡਮ ਚੋਰੀ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਦੀਨਾਨਗਰ ਪੁਲਸ ਨੇ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਖਲੀਫਾ ਧਾਰਾ 457,380, 436, 427 ਦੇ ਤਹਿਤ ਮਾਮਲਾ ਦਰਜ ਕਰਕੇ ਮੁਲਜਮ ਦੀ ਭਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਨਰਿੰਦਰ ਕੁਮਾਰ ਪੁੱਤਰ ਅਮਰਨਾਥ ਵਾਸੀ ਹਾਉਸ ਨੰਬਰ 291 ਸਾਹਮਣੇ ਪੈਰੋਲ ਪੱਪ ਬਹਿਰਾਮਪੁਰ ਰੋਡ, ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਹਾਲ ਸਰਕਾਰੀ ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ ਮਗਰਲਾ ਨੇ ਪੁਲਸ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ 'ਚ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਹ ਸਰਕਾਰੀ ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ ਮਗਰਲਾ 'ਚ ਬੱਚੇ ਸਕੂਲ ਇੰਚਾਰਜ ਲੱਗਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਬੀਤੇ ਦਿਨੀਂ ਉਹ ਜਦ ਸਕੂਲ ਪਹੁੰਚਿਆ ਤਾਂ ਬੱਬਲੀ

## ਸਰਕਾਰੀ ਰਿਕਾਰਡ ਨੂੰ ਸਾੜ ਕੇ ਕੀਤਾ ਸੁਆਹ

ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ 5 ਫਰਵਰੀ। ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਦੇ ਆਧੀਨ ਪੈਂਦੇ ਪਿੰਡ ਮਗਰਲਾ ਦੇ ਸਰਕਾਰੀ ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ 'ਚ ਬੀਤੇ ਰਾਤ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਜਿੱਥੇ ਦਫਤਰ 'ਚ ਪਈ ਅਲਮਾਰੀ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲਗਾ ਕੇ ਸਾਰਾ ਰਿਕਾਰਡ ਸਾੜ ਦਿੱਤਾ, ਉੱਥੇ ਸਕੂਲ 'ਚ ਲੱਗੇ ਕੈਮਿਰਿਆਂ ਦੇ ਡੀ.ਵੀ.ਆਰ, ਕੈਮਿਰਿਆਂ ਅਤੇ ਵਾਈਫਾਈ ਦਾ ਮੌਡਮ ਚੋਰੀ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਦੀਨਾਨਗਰ ਪੁਲਸ ਨੇ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਖਲੀਫਾ ਧਾਰਾ 457,380, 436, 427 ਦੇ ਤਹਿਤ ਮਾਮਲਾ ਦਰਜ ਕਰਕੇ ਮੁਲਜਮ ਦੀ ਭਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਨਰਿੰਦਰ ਕੁਮਾਰ ਪੁੱਤਰ ਅਮਰਨਾਥ ਵਾਸੀ ਹਾਉਸ ਨੰਬਰ 291 ਸਾਹਮਣੇ ਪੈਰੋਲ ਪੱਪ ਬਹਿਰਾਮਪੁਰ ਰੋਡ, ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਹਾਲ ਸਰਕਾਰੀ ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ ਮਗਰਲਾ ਨੇ ਪੁਲਸ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ 'ਚ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਹ ਸਰਕਾਰੀ ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ ਮਗਰਲਾ 'ਚ ਬੱਚੇ ਸਕੂਲ ਇੰਚਾਰਜ ਲੱਗਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਬੀਤੇ ਦਿਨੀਂ ਉਹ ਜਦ ਸਕੂਲ ਪਹੁੰਚਿਆ ਤਾਂ ਬੱਬਲੀ

## ਸਕੂਲ 'ਚ ਮਿਲਿਆ ਬੰਬ, ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਸ ਨੂੰ ਪਈਆਂ ਰਾਜੜਾਂ, ਹੈਰਾਨ ਕਰ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਵਜ੍ਹਾ ਆਈ ਸਾਹਮਣੇ

ਪਟਿਆਲਾ 5 ਫਰਵਰੀ। ਪਟਿਆਲਾ ਦੇ ਮਾਈਲਸਟੋਨ ਸਮਾਰਟ ਸਕੂਲ 'ਚ ਬੰਬ ਮਿਲਣ ਨਾਲ ਸਨਸਨੀ ਫੈਲ ਗਈ ਪਰ ਇਹ ਬੰਬ ਨਕਲੀ ਸੀ। ਮਿਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਤਾਬਕ ਪਟਿਆਲਾ ਦੇ ਤਿੱਪੜੀ ਇਲਾਕੇ ਆਧੀਨ ਆਉਂਦੇ ਇੱਕ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਮਾਈਲਸਟੋਨ ਸਮਾਰਟ ਸਕੂਲ 'ਚ ਵਟਸਐੱਪ ਗਰੁੱਪ ਵਿਚ ਇੱਕ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾ ਪਿਤਾ ਇੱਕ ਅਧਿਆਪਕ ਨਾਲ ਗੱਲਾਂ ਕਰਨ ਲੱਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਅਧਿਆਪਕ ਉਸ ਨੂੰ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਗੁੱਸੇ ਵਿਚ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਬੰਬ ਨਾਲ ਉਡਾਉਣ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਉਕਤ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾ ਸਿਰਫ ਧਮਕੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਸਗੋਂ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਨਕਲੀ ਬੰਬ ਵੀ ਸੁੱਟਦਾ ਹੈ। ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਉਕਤ ਵਿਅਕਤੀ 18 ਅਗਸਤ ਨੂੰ ਨਕਲੀ ਬੰਬ ਸੁੱਟਦਾ ਹੈ, ਜਿਹੜਾ ਬਿਲਕੁਲ ਅਸਲੀ ਲੱਗਦਾ ਸੀ ਜਿਸਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਪੁਲਸ ਨੇ ਮਾਮਲਾ ਵੀ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਸੀ ਪਰ ਮੁੜ-ਮੁੜ ਅਜਿਹੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਰਹੀਆਂ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਸਕੂਲ 'ਚ ਖਾਲਿਸਤਾਨੀ ਪੱਤਰ ਵੀ ਬਰਾਮਦ ਹੋਏ ਜਿਸ 'ਚ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਉਡਾਉਣ ਦੀਆਂ ਧਮਕੀਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸੀ। ਇਥੇ ਹੀ ਬਸ ਨਹੀਂ ਸਕੂਲ ਵਿਚ ਕੁੱਲ 3 ਵਾਰ ਨਕਲੀ ਬੰਬ ਬਰਾਮਦ ਹੋਏ। ਪੁਲਸ ਨੇ ਹੁਣ ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਵਿਚ ਸਨਕੀ ਵਿਅਕਤੀ ਜਗਮੀਤ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ। ਪੁਲਸ ਮੁਤਾਬਕ ਇਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਬੇਟੀ ਉਸੇ ਸਕੂਲ 'ਚ ਪੜ੍ਹਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਬਣੇ ਵਟਸਐੱਪ ਵਾਲੇ ਗਰੁੱਪ 'ਚ ਇਸ ਨੇ ਸਕੂਲ ਅਧਿਆਪਕ ਨਾਲ ਦੋਸਤੀ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਤਾਂ ਉਸਨੇ ਇਸਨੂੰ ਬਲਾਕ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਦਲਾ ਲੈਣ ਲਈ ਉਕਤ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਇਹ ਸਭ ਕੀਤਾ ਹੈ।

## 35 ਕਿੱਲੋ ਭੁੱਕੀ ਚੂਰਾ ਪੋਸਤ ਅਤੇ 90 ਸਿਗਨੇਚਰ ਕੈਪਸੂਲ ਸਮੇਤ 4 ਕਾਬੂ

ਮਾਨਸਾ 5 ਫਰਵਰੀ। ਜਲੰਧਰ ਪੁਲਸ ਵੱਲੋਂ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਵਿੱਚੀ ਮੁਹਿੰਮ ਤਹਿਤ ਪੁਲਸ ਨੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਥਾਵਾਂ ਤੋਂ 4 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲੋਂ 35 ਕਿੱਲੋਗ੍ਰਾਮ ਭੁੱਕੀ ਚੂਰਾ ਪੋਸਤ ਅਤੇ 90 ਸਿਗਨੇਚਰ ਕੈਪਸੂਲ ਬਰਾਮਦ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਜਲੰਧਰ ਪੁਲਸ ਮੁਖੀ ਡਾ. ਨਾਨਕ ਸਿੰਘ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਥਾਣਾ ਸਦਰ ਮਾਨਸਾ ਦੀ ਪੁਲਸ ਨੇ ਚਰਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਉਰਫ ਗੋਗਾ ਪੁੱਤਰ ਗੁਰਜੰਟ ਸਿੰਘ ਵਾਸੀ ਮਾਨਸਾ ਕਲ੍ਹਾ ਜਲ੍ਹਾ ਬਠਿੰਡਾ, ਬੰਬੂ ਸਿੰਘ ਪੁੱਤਰ ਗੁਰਦੇਵ ਸਿੰਘ ਵਾਸੀ ਜਲ੍ਹਾ ਰਾਮ ਤੀਰਥ ਜਲ੍ਹਾ ਬਠਿੰਡਾ ਨੂੰ ਸਮੇਤ ਰਿਟਨ ਕਾਰ ਨੰਬਰੀ ਯੂ.ਪੀ. 16 ਏ.ਆਰ. 1104 ਕਾਬੂ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਾਸੋਂ 35 ਕਿੱਲੋਗ੍ਰਾਮ ਭੁੱਕੀ ਚੂਰਾ ਪੋਸਤ ਬਰਾਮਦ ਕਰਕੇ ਮਾਮਲਾ ਦਰਜ ਕਰ ਲਿਆ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਆ/ਧ 188 ਹਿੰਦੋ: ਤਹਿਤ 2 ਮੁਕੱਦਮੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਥਾਣਿਆਂ ਵਿਚ ਦਰਜ ਕਰਕੇ 2 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਕੇ 90 ਸਿਗਨੇਚਰ ਕੈਪਸੂਲ ਦੀ ਬਰਾਮਦਗੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕੀਤੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਮਾਨਯੋਗ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਪੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਪੁਲਸ ਮਿਸਟਰ ਗੁਰਦੇਵ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਪੁਲਸ ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਵਾਲੇ ਮਾਮਲੇ ਅਤੇ ਮਾਜ਼ੇ ਅਨੁਸਾਰ ਵਿਰੁੱਧ ਵਿੱਚੀ ਮੁਹਿੰਮ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਲਈ ਵੀ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਜਾਰੀ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

## ਇਲਾਜ ਅਧੀਨ ਕੈਦੀ ਨੇ ਪੁਲਸ ਨੂੰ ਮਾਰਿਆ ਧੱਕਾ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ 5 ਫਰਵਰੀ। ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਦੇ ਸੈਕਟਰ-32 ਸਥਿਤ ਸਰਕਾਰੀ ਹਸਪਤਾਲ 'ਚ ਇਲਾਜ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਕੈਦੀ ਫਰਾਰ ਹੋ ਗਿਆ। ਕੈਦੀ ਦੀ ਪਛਾਣ ਗਗਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਦੇ ਰੂਪ 'ਚ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਰਾਤ ਨੂੰ ਕਰੀਬ 1.30 ਵਜੇ ਅੰਬਾਲਾ ਸੈਂਟਰਲ ਜੇਲ੍ਹ ਤੋਂ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਇਲਾਜ ਲਈ ਲਿਆਂਦਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਉਸ ਨੇ ਜੇਲ੍ਹ 'ਚ ਸ਼ੀਸ਼ਾ ਨਿਗਲ ਲਿਆ ਸੀ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਉਹ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਖਮੀ ਹੋ ਗਿਆ ਪਰ ਇੱਥੇ ਉਹ ਪੁਲਸ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਨੂੰ ਚਕਮਾ ਦੇ ਕੇ ਫਰਾਰ ਹੋ ਗਿਆ। ਉਸ ਨੇ ਪੁਲਸ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਨੂੰ ਪੱਕਾ ਦੇ ਕੇ ਛੱਡ ਤੋਂ ਛਾਲ ਮਾਰ ਦਿੱਤੀ। ਪੁਲਸ ਸੂਤਰਾਂ ਤੋਂ ਮਿਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਤਾਬਕ ਕੈਦੀ ਨੂੰ ਪੁਲਸ ਨੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਇਆ ਸੀ ਪਰ ਉਹ ਕੁੱਝ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਚਕਮਾ ਦੇ ਕੇ ਫਰਾਰ ਹੋ ਗਿਆ। ਉਸ ਨੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੀ ਤੀਜੀ ਮੰਜੀਲ 'ਤੇ ਛਾਲ ਮਾਰੀ ਹੈ। ਫਿਲਹਾਲ ਅੰਬਾਲਾ ਪੁਲਸ ਨੇ ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਦੇ ਸੈਕਟਰ-34 ਪੁਲਸ ਥਾਣੇ 'ਚ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਿੱਤੀ।

## ਸਰੀਰਕ ਸੰਬੰਧ ਬਣਾਉਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕੀਤਾ ਤਾਂ 20 ਸਾਲਾ ਕੁੜੀ ਦਾ ਕੈਂਚੀ ਮਾਰ ਕੀਤਾ ਬੇਰਹਿਮੀ ਨਾਲ ਕਤਲ

ਇੰਦੌਰ 5 ਫਰਵਰੀ। ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਇੰਦੌਰ 'ਚ 20 ਸਾਲਾ ਕੁੜੀ ਦੇ ਗਲੇ 'ਚ ਕੈਂਚੀ ਮਾਰ ਕੇ ਕਤਲ ਦੇ ਖੁਲਾਸੇ ਦਾ ਦਾਅਵਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਪੁਲਸ ਨੇ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਉਸ ਦੇ ਲਿਵ-ਇਨ ਜੋੜੀਦਾਰ ਨੂੰ ਬੁੱਧਵਾਰ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕੀਤਾ। ਪੁਲਸ ਨੇ ਇਸ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਪੁਲਸ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਇੰਦੌਰ 'ਚ ਦੋਸਤੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੋਸ਼ੀ ਨਾਲ ਰਹਿ ਰਹੀ ਕੁੜੀ ਦੇ ਸਰੀਰਕ ਸੰਬੰਧ ਬਣਾਉਣ 'ਤੇ ਇਨਕਾਰ 'ਤੇ ਇਸ ਵਾਰਦਾਦ ਨੂੰ ਅੱਜਮ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਐਡੀਸ਼ਨਲ ਪੁਲਸ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਅਭਿਨਵ ਵਿਸ਼ਵਕਰਮਾ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਰਾਜਨੀ ਬਾਜਾਰ ਬੇਤਰ 'ਚ 7 ਦਸੰਬਰ ਨੂੰ 20 ਸਾਲਾ ਕੁੜੀ ਦਾ ਗਲੇ 'ਚ ਕੈਂਚੀ ਮਾਰ ਕੇ ਕਤਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਅਤੇ 9 ਦਸੰਬਰ ਨੂੰ ਪੁਲਸ ਨੇ ਉਸ ਦੀ ਲਾਸ਼ ਬਰਾਮਦ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਕਤਲ ਦੇ ਦੋਸ਼ੀ ਪਿਛਲੇ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਘਰ ਇਕੱਠੇ ਰਹਿ ਰਹੇ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ 7 ਦਸੰਬਰ ਸਵੇਰੇ 6 ਵਜੇ ਕੁੜੀ ਨੇ ਧਾਕੜ ਨਾਲ ਸਰੀਰਕ ਸੰਬੰਧ ਬਣਾਉਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ ਅਤੇ ਜੌਰ-ਜਬਰਦਸਤੀ ਕੀਤੇ ਜਾਣ 'ਤੇ ਦੋਸ਼ੀ ਨੂੰ ਧੱਕਾ ਦੇ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। ਵਿਸ਼ਵਕਰਮਾ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਗੁੱਸੇ 'ਚ ਧਾਕੜ ਨੇ ਕੱਲ ਪਈ ਕੈਂਚੀ ਚੁੱਕ ਕੇ ਕੁੜੀ ਦੇ ਗਲੇ 'ਚ ਮਾਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਸ ਦੀ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਹੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਕਤਲਕਾਂਡ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਘਰ ਨੂੰ ਬਾਰੂਰੋਂ ਤਾਲਾ ਲਗਾ ਕੇ ਦੋਸ਼ੀ ਫਰਾਰ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਕੁੜੀ ਦਾ ਮੱਥਾਇਫੋਨ ਫੋਨ ਵੀ ਲੈ ਗਿਆ ਸੀ।

## ਮੋਗਾ ਦੇ ਦੋਸ਼ਾੜ ਰੋਡ 'ਤੇ ਪਰਾਲੀ ਦੀਆਂ ਗੱਠਾਂ ਨੂੰ ਲੱਗੀ ਭਿਆਨਕ ਅੱਗ

ਮੋਗਾ 5 ਫਰਵਰੀ। ਮੋਗਾ ਦੇ ਦੋਸ਼ਾੜ ਰੋਡ 'ਤੇ ਗੁੱਜਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਇੱਕੱਠੀ ਕੀਤੀ ਪਰਾਲੀ ਨੂੰ ਅਚਾਨਕ ਭਿਆਨਕ ਅੱਗ ਲੱਗ ਗਈ। ਘਟਨਾ ਦੀ ਸੂਚਨਾ ਪਾ ਕੇ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚੀ ਫਾਇਰ ਬਿਗੈਡ ਦੀ ਟੀਮ ਨੇ ਕਾਰੀ ਮੁਸ਼ਕਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅੱਗ 'ਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾਇਆ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਿਆਂ ਨਗਰ ਨਿਗਮ ਦੇ ਮੇਅਰ ਬਲਜੀਤ ਸਿੰਘ ਚਾਨੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਦੋਸ਼ਾੜ ਰੋਡ 'ਤੇ ਗੁੱਜਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੇ ਪਸ਼ੂਆਂ ਦੇ ਚਾਰੇ ਲਈ ਇੱਕੱਠੀ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਪਰਾਲੀ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸ਼ਰਾਰਤੀ ਅਨਸਰਾਂ ਵਲੋਂ ਅੱਗ ਲਗਾਈ ਗਈ ਸੀ। ਅੱਗ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਪਾਉਣ ਲਈ ਕਰੀਬ 8 ਗੱਡੀਆਂ ਅੱਗ ਬੁਝਾਉਣ ਲਈ ਲੱਗੀਆਂ ਅਤੇ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਅੱਗ 'ਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾਇਆ ਗਿਆ। ਅਦਾਲਤ 'ਚ ਪੇਸ਼ੀ ਮਗਰੋਂ ਮੁਲਜਮ ਹੋਇਆ ਫਰਾਰ, 4 ਘੰਟੇ ਬਾਅਦ ਪੁਲਸ ਨੇ ਕੀਤਾ ਕਾਬੂ ਮੋਗਾ 5 ਫਰਵਰੀ। ਮੋਗਾ ਤੋਂ ਖਬਰ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈ ਹੈ ਜਿਥੇ ਅਦਾਲਤ 'ਚ ਪੇਸ਼ੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੁਲਜਮ ਹਵਾਲਦਾਰ ਨੂੰ ਪੱਕਾ ਦੇ ਕੇ ਫਰਾਰ ਹੋ ਗਿਆ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਤਾਬਕ ਘਟਨਾ ਬੀਤੇ ਕੱਲ੍ਹ ਦੀ ਜਦੋਂ ਮੁਲਜਮ ਮਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਪੁਲਸ ਚੋਰੀ ਦੇ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਅਦਾਲਤ 'ਚ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਲੈ ਕੇ ਗਈ ਤਾਂ ਪੇਸ਼ੀ ਮਗਰੋਂ ਉਸ ਨੇ ਹਵਾਲਦਾਰ ਨੂੰ ਪੱਕਾ ਦੇ ਕੇ ਫਰਾਰ ਹੋਣ ਦੀ ਵਾਰਦਾਦ ਨੂੰ ਅੱਜਮ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਉਪਰੰਤ ਬਾਣਾ ਡਿਵੀਜ਼ਨ ਨੰਬਰ 5 ਦੀ ਪੁਲਸ ਨੇ 4 ਘੰਟੇ ਬਾਅਦ ਮੋਗੇ ਤੋਂ ਮੁਲਜਮ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰ ਲਿਆ। ਮੁਲਜਮ ਮਨਦੀਪ ਖਲੀਫਾ ਅਕਤੂਬਰ 2023 'ਚ ਚੋਰੀ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਮਾਮਲਾ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।

## ਹਥਿਆਰਾਂ ਦੀ ਨੌਕ 'ਤੇ ਲੁੱ







# ਦੀਨਬੰਧੂ ਸਰ ਛੋਟੂਰਾਮ ਨੇ ਪੂਰੇ ਜੀਵਨ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਰਗਾਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਕੀਤਾ ਸੰਘਰਸ਼ : ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨਾਇਬ ਸਿੰਘ ਸੈਣੀ

## ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਨੇ ਕੀਤਾ ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਗੰਦਾ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ - ਨਾਇਬ ਸਿੰਘ ਸੈਣੀ

### ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਰੋਹਤਕ ਵਿਚ ਚੌਧਰੀ ਛੋਟੂਰਾਮ ਦੇ 144ਵੇਂ ਜਨਮ ਦਿਨ ਸਮਾਰੋਹ ਵਿਚ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਵਜੋਂ ਕੀਤੀ ਸ਼ਿਰਕਤ > ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਜਾਟ ਵਿਦਿਅਕ ਸੰਸਥਾ ਨੂੰ 31 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦੇਣ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, 5 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਹਰਿਆਣਾ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਸ੍ਰੀ ਨਾਇਬ ਸਿੰਘ ਸੈਣੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹਰਿਆਣਾ ਸਰਕਾਰ ਦੀਨਬੰਧੂ ਸਰ ਛੋਟੂਰਾਮ ਦੇ ਆਦਰਸ਼ ਤੋਂ ਚੱਲਦੇ ਹੋਏ ਸੂਬੇ ਨੂੰ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਜਨਤਕਤਾ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿਚ ਦੋਸ਼ ਦਾ ਮਾਡਲ ਰਾਜ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹਨ। ਹਰਿਬਰ-ਏ-ਆਜਮ ਚੌਧਰੀ ਛੋਟੂਰਾਮ ਨੂੰ ਪੂਰੇ ਜੀਵਨ ਕਿਸਾਨਾਂ, ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਤੇ ਗਰੀਬਾਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਸੰਘਰਸ਼ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਸਾਨਾਂ, ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਦੁਕਾਨਦਾਰਾਂ ਦੇ ਹਿੱਤਾਂ ਲਈ ਕੰਮ ਕੀਤਾ।

ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਸ਼ੁਕਰਵਾਰ ਨੂੰ ਰੋਹਤਕ ਜਿਲ੍ਹਾ ਵਿਚ ਅਧਿਕਾਰਤ ਜਾਟ ਸੁਰਮਾ ਸਮਾਰਕ ਕਾਲਜ ਪਰਿਸਰ ਵਿਚ ਰਹਿਬਰ-ਏ-ਆਜਮ ਚੌਧਰੀ ਛੋਟੂਰਾਮ ਦੇ 144ਵੇਂ ਜਨਮਦਿਨ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਵਜੋਂ ਮੌਜੂਦ ਜਨਤਕ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਿਤ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਜਾਟ ਵਿਦਿਅਕ ਸੰਸਥਾ ਪਰਿਸਰ ਵਿਚ ਸਥਿਤ ਚੌਧਰੀ ਛੋਟੂਰਾਮ ਦੇ ਸਮਾਰਕ 'ਤੇ ਫੁੱਲ ਅਰਪਿਤ ਕਰ ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਦਿੱਤੀ।

ਸ੍ਰੀ ਨਾਇਬ ਸਿੰਘ ਸੈਣੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸਵੈਕਠਿਕ ਕੌਸ਼ਲ ਨੂੰ ਜਾਟ ਵਿਦਿਅਕ ਸੰਸਥਾ ਨੂੰ 31 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦੇਣ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਤੋਂ

ਇਲਾਵਾ, ਸਿਖਿਆ ਮੰਤਰੀ ਸ੍ਰੀ ਮਹੀਪਾਲ ਚਾਂਡਾ ਨੇ ਵੀ ਸੰਸਥਾ ਨੂੰ 21 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦੇਣ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ। ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਸੰਸਥਾ ਦੀ ਮੰਗਾਂ ਦੇ ਸੰਦਰਭ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮਹਾਰਾਜੀ ਕਿਸ਼ੋਰੀ ਮਹਿਲਾ ਕਾਲਜ ਵਿਚ ਹੋਸਟਲ ਲਈ ਸੰਸਥਾ ਵੱਲੋਂ ਨਿਸਮ ਅਨੁਸਾਰ ਮੈਚਿੰਦ ਗ੍ਰਾਂਟ ਵਜੋਂ ਪੈਸਾ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਵਾਉਣ ਬਾਅਦ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ 10 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੀ ਰਕਮ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਈ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਸੰਸਥਾ ਵੱਲੋਂ ਰੱਖੀ ਗਈ ਹੋਰ ਮੰਗਾਂ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਾਰਵਾਈ ਜਾਰੀ ਰੱਖੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਚੌਧਰੀ ਛੋਟੂਰਾਮ ਦਾ ਜੀਵਨ ਇੱਕ ਸੰਦੇਸ਼ ਹੈ ਕਿ ਜਿੱਥੇ ਅਸੀਂ ਸੰਕਲਪ ਲੈਂਦੇ ਅਤੇ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨ, ਤਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਚੁਣੌਤੀ ਵੱਡੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਚੌਧਰੀ ਛੋਟੂਰਾਮ ਬਹੁਮੁਖੀ ਪ੍ਰਿਭਾਵੀ, ਵਿਚਾਰਸ਼ੀਲ, ਵਿਵੇਕ ਅਤੇ ਸਿੱਧਾਂਤਵਾਦੀ ਸਖਸ਼ੀਅਤ ਦੇ ਧਨੀ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਗਰੀਬਾਂ, ਦਲਿਤਾਂ, ਸ਼ੋਸ਼ਿਤਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਉਥਾਰ ਅਤੇ ਸਨਮਾਨ ਲਈ ਜੀਵਨਭਰ ਲੜਾਈ ਲੜੀ। ਗਰੀਬਾਂ ਦੇ ਸੱਚੇ ਆਦਰਸ਼ ਹੋਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੀ ਉਹ ਦੀਨਬੰਧੂ ਕਹਿਲਾਏ।

ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਚੌਧਰੀ ਛੋਟੂਰਾਮ ਨੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਨੂੰ ਬੁਲੰਦ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਟ ਅਨੁਸਾਰ ਅਥਕਾਰ ਵੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ। ਚੌਧਰੀ ਛੋਟੂਰਾਮ ਨੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਫਸਲ ਦਾ ਸਹੀ ਮੁੱਲ ਦਿਵਾਉਣ ਲਈ

ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਉਤਪਾਦ ਮੰਡੀ ਐਕਟ ਬਣਵਾਇਆ ਸੀ। ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਕਰਮਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ ਦਿਵਾਈ ਅਤੇ ਗਿਰਫ਼ਤਾਰੀ ਖੋਲ੍ਹੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਦਿਵਾਈ। ਚੌਧਰੀ ਛੋਟੂਰਾਮ ਨੇ ਸਿੱਚੀ ਸੁਗੁਲਤਾਂ ਦੇ ਵਿਸਤਾਰ 'ਤੇ ਵੀ ਜੋਰ ਦਿੱਤਾ। ਖਾਖਾਬ ਬੰਨ੍ਹ ਪਹਿਰੇਪਨਾ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦੇਣ ਹੈ।

ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਸਮਰਪਿਤ ਭਾਵ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਸਰਕਾਰ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਸ੍ਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਨੇ ਵਿਕਸਿਤ ਭਾਰਤ ਦੇ ਲਈ ਕਿਸਾਨ, ਗਰੀਬ, ਨਾਰੀ ਅਤੇ ਯੁਵਾ ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਚਾਰ ਥੰਮ੍ਹ ਮੰਨਿਆ। ਚੌਧਰੀ ਛੋਟੂਰਾਮ ਦੀ ਕਿਸਾਨਾਂ ਤੇ ਮਜ਼ਦੂਰ ਹਿੱਤਾਂ ਨੀਤੀਆਂ 'ਤੇ ਚੱਲਦੇ ਹੋਏ ਸੂਬਾ ਸਰਕਾਰ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਸਮਰਪਿਤ ਭਾਵ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਗਲ ਹੀ ਵਿਚ, ਸੂਬਾ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਕਿਸਾਨ ਹਿੱਤ ਵਿਚ ਕਦਮ ਚੁੱਕਦੇ ਹੋਏ ਪੱਟੇਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਲਿਕਾਨਾ ਕੰਮ ਕਰਵਾਉਣ ਦੇ ਵਿਚ ਭਰੋਸਾ ਕੀਤਾ। ਗੈਰ ਹੋਏ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਭੂਮੀ ਪੱਟੇਦਾਰ ਲਾਗੂ ਕਰ ਪੱਟੇਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਮਾਲਿਕਾਨਾ ਕੰਮ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਫ਼ਸਲ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਬਾਜ਼ਾਰ ਤੱਕ ਜੁੜੀ ਸਾਰੀ ਸਹੂਲਤਾਂ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲੀ ਪੱਖੋਂ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਖੇਤਰਾਂ 'ਤੇ 122 ਕਰੋੜ

ਰੁਪਏ ਦੀ ਗ੍ਰਾਂਟ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਸ੍ਰੀ ਨਾਇਬ ਸਿੰਘ ਸੈਣੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਸੂਬੇ ਵਿਚ ਸੌ-ਫੀਸਦੀ ਫ਼ਸਲਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਘੱਟ ਸਹਾਇਕ ਮੁੱਲ 'ਤੇ ਖਰੀਦਣ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ 72 ਘੰਟੇ ਵਿਚ ਫ਼ਸਲ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਿਸਾਨ ਦੇ ਖਾਤੇ ਵਿਚ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸੂਬੇ ਦੇ ਲਗਭਗ 12 ਲੱਖ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਖਾਤੇ ਵਿਚ ਇੱਕ ਲੱਖ 25 ਹਜ਼ਾਰ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੀ ਰਕਮ ਪਾਈ ਗਈ ਹੈ। ਖਰੀਦ ਮਿਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਘੱਟ ਬਰਸਾਤ 'ਤੇ ਵੀ ਇੱਕ ਲੱਖ 80 ਹਜ਼ਾਰ ਰੁਪਏ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸਾਲਾਨਾ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਕੁਝੀਆਂ ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਸਹਾਇਤਾ ਰਕਮ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਤਹਿਤ ਸੂਬੇ ਦੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ 1345 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੀ ਰਕਮ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਖੇਤੀ ਇਨਪੁਟ ਆਦਨ ਖਰੀਦਣ ਲਈ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਸ੍ਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਵੱਲੋਂ ਪੀਐਮ ਕਿਸਾਨ ਸਨਮਾਨ ਨਿਧੀ ਤਹਿਤ 6 ਹਜ਼ਾਰ ਰੁਪਏ ਸਾਲਾਨਾ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਏ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਹ ਤਾਂ 18 ਕਿਸਤਾਂ ਵਿਚ ਸੂਬੇ ਦੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ 342 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਅਤੇ ਪੂਰੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ 6203 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੀ ਰਕਮ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਬਾਗ਼ਬਾਨੀ ਫ਼ਸਲਾਂ ਨੂੰ ਅਪਨਾਉਣ। ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਬਾਗ਼ਬਾਨੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨ ਦੇਣ ਲਈ ਕਰਨਾ ਮਿਲੇ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਉਚਾਰਨ ਵਿਚ 65 ਏਕੜ ਵਿਚ 700 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੀ ਲਾਗਤ ਨਾਲ ਮਹਾਰਾਣਾ ਪ੍ਰਤਾਪ ਬਾਗ਼ਬਾਨੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਸਥਾਪਿਤ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਬਰਾਬੀ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਸੰਕਲਪ ਲੈਣ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹਰਕ 20 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਸਰਕਾਰੀ ਕਾਲਜ ਸਥਾਪਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਸੂਬੇ ਵਿਚ ਇੱਕ ਲੱਖ 80 ਹਜ਼ਾਰ ਰੁਪਏ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸਾਲਾਨਾ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਕੁਝੀਆਂ ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਸਹਾਇਤਾ ਰਕਮ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਵਿਚ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਭਰੋਸਾ ਬਹਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਇੱਕ ਲੱਖ 71 ਹਜ਼ਾਰ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਮੌਰਿਟ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਭੁਗਤਾਨ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਸੰਕਲਪ ਪੱਤਰ ਅਨੁਸਾਰ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਪਰਚੀ-ਖਰਚੇ ਦੇ ਲੱਖ ਯੁਵਜਨ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣਗੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿਚ ਵਧੀਆ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਜਾਟ ਵਿਦਿਅਕ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਪ੍ਰਿਭਾਵਾਨ ਸਿਭਾਗੀਆਂ ਅਰਜਨ ਅਵਾਰਡੀ ਸਿਭਾਗੀ, ਕਮਨਵੈਲਥ ਖੇਡਾਂ ਵਿਚ ਬੁੱਧ ਮੈਡਲ ਜੇਤੂ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸਿਹਾਰ, ਐਨਐਸਐਸ ਦੇ ਰਾਜ ਪੱਧਰੀ ਅਵਾਰਡੀ ਸਿਭਾਗੀ, ਅਸ਼ੂ ਨਾਦਲ ਨੂੰ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ।

### ਹਰਿਆਣਾ ਦੇ ਸਿਹਤ ਅਦਾਰਿਆਂ ਵਿਚ ਸਹੂਲਤਾਂ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿਚ ਹੋਇਆ ਸੁਧਾਰ : ਕੁਮਾਰੀ ਆਰਤੀ ਸਿੰਘ ਰਾਓ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, 5 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਹਰਿਆਣਾ ਦੇ ਸਿਹਤ ਮੰਤਰੀ ਕੁਮਾਰੀ ਆਰਤੀ ਸਿੰਘ ਰਾਓ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੂਬੇ ਦੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸਿਹਤ ਅਦਾਰਿਆਂ ਵਿਚ ਪਬਲਿਕ ਸਿਹਤ ਸਹੂਲਤਾਂ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿਚ ਲਗਾਤਾਰ ਸੁਧਾਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਇਸ ਦਾ ਸਬੂਤ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਵਾਰ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਹਰਿਆਣਾ ਦੇ 769 ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਾਰਿਆਕਲਪ ਪੁਰਸਕਾਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਇਹ ਪੁਰਸਕਾਰ 390 ਅਦਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲਿਆ ਸੀ।

ਕੁਮਾਰੀ ਆਰਤੀ ਸਿੰਘ ਰਾਓ ਨੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਿਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਭਲਾਈ ਮੰਤਰਾਲੇ ਵੱਲੋਂ ਜਨ ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 'ਕਾਰਿਆਕਲਪ' ਪੁਰਸਕਾਰ ਨਾਲ ਨਵਾਂਜਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਕੁਰਕਸ਼ੇਤਰ ਜਿਲ੍ਹਾ ਹਸਪਤਾਲ ਨੂੰ ਮੌਜੂਦਾ ਵਿੱਤੀ ਸਾਲ ਵਿਚ ਸੂਬਾ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਪਹਿਲੀ ਰੈਂਕਿੰਗ ਦੇ ਨਾਲ ਕਾਰਿਆਕਲਪ ਪੁਰਸਕਾਰ ਮਿਲਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਹਰਿਆਣਾ ਦੇ 768 ਹੋਰ ਅਦਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਕਾਰਿਆਕਲਪ ਪੁਰਸਕਾਰ ਮਿਲਿਆ ਹੈ।

ਸਿਹਤ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਕਾਰਿਆਕਲਪ ਪੁਰਸਕਾਰ ਦੇਣ ਦੀ ਪਹਿਲ ਸਵੈਣਵਾ ਖੁਦਾਏ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਸਕੂਮਟ ਕੇਂਦਰਲ ਪ੍ਰਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨ ਦੇਣ ਵਿਚ ਮਿਸ਼ਾਹੀ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਿਹਤ ਅਦਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਹਰਿਆਣਾ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਅਪਣਾਉਣ ਵਿਚ ਅਹਿਮ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਸਾਲ

ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪੁਰਸਕਾਰ ਪਾਉਣ ਵਾਲੇ 767 ਸਿਹਤ ਅਦਾਰਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ 19 ਜਿਲ੍ਹਾ ਹਸਪਤਾਲ, 38 ਆਮ ਹਸਪਤਾਲ, 76 ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ, 196 ਪ੍ਰਾਥਮਿਕ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਅਤੇ 438 ਸਿਹਤ ਆਯੁ ਸਮਾਨ ਅਰੰਭ ਮੱਧਿਕ ਸਬ-ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, 2 ਪੁਰਸਕਾਰ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਸੁੱਚੀ ਵਿਚ ਵੀ ਮਿਲੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿਚ ਸੱਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਵਾਤਾਵਰਣ ਅਨੁਕੂਲ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਵਿਚ ਗੁਰਗ੍ਰਾਮ ਦੇ ਸੈਕਟਰ-10 ਸਿਹਤ ਹਸਪਤਾਲ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾ ਸਥਾਨ ਮਿਲਿਆ ਅਤੇ 10 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦੀ ਨਗਦ ਪੁਰਸਕਾਰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ। ਇਸੇ ਸੂਚੀ ਵਿਚ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰਾਂ ਦੇ ਵਰਗ ਵਿਚ ਜਿਲ੍ਹਾ ਦੇ ਮੁਲਾਨਾ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾ ਸਥਾਨ ਮਿਲਿਆ ਅਤੇ 5 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦਾ ਨਗਦ ਇਨਾਮ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ।

ਹਰਿਆਣਾ ਦੇ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਮਹਾਨਿਦੇਸ਼ਕ ਡਾ. ਮਨੀਸ਼ ਬੋਲ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਇਸੇ ਯੋਜਨਾ ਤਹਿਤ 390 ਸਿਹਤ ਅਦਾਰਿਆਂ ਨੂੰ 3,53,95,000 ਰੁਪਏ (ਲਗਭਗ 3 ਕਰੋੜ 54 ਲੱਖ) ਦੇ ਨਗਦ ਪੁਰਸਕਾਰ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਸਨ। ਜਦੋਂ ਕਿ ਇਸ ਸਾਲ ਸਿਹਤ ਅਦਾਰਿਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵੱਧ ਕੇ ਲਗਭਗ ਦੁਗਣੀ ਯਾਨੀ 769 ਹੋ ਗਈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 5,09,05,000 ਰੁਪਏ (ਲਗਭਗ 5 ਕਰੋੜ 9 ਲੱਖ) ਦੇ ਨਗਦ ਪੁਰਸਕਾਰ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਇਸ ਪੁਰਸਕਾਰ ਰਕਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਰੋਗੀਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿਚ ਸੁਧਾਰ, ਅਦਾਰਿਆਂ ਵਿਚ ਸੁਧਾਰ ਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਵੱਧ ਸਹੂਲਤਾਂ ਦੇਣ ਲਈ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

### ਦਿੱਲੀ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਨਾ ਮਿਲਣ ਦੇ ਦਾਵੇ ਵਾਲੀ ਪਟੀਸ਼ਨ ਨੂੰ ਹਾਈਕੋਰਟ ਨੇ ਕੀਤਾ ਖਾਰਿਜ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, 5 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਦਿੱਲੀ ਹਾਈ ਕੋਰਟ ਨੇ ਅੱਜ ਇੱਕ ਬਿਨੈ ਨੂੰ ਖਾਰਿਜ ਕਰ ਦਿੱਤਾ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਸੀ ਕਿ ਦਿੱਲੀ ਨੂੰ ਕੋਰਟ ਦੇ ਆਦੇਸ਼ ਅਨੁਸਾਰ ਪਾਣੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਦਿੱਲੀ ਲਈ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਅਤੇ ਸ਼ੁਰੂੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੋਰਟ ਦੇ ਇਸ ਫ਼ੈਸਲੇ ਨਾਲ ਦਿੱਲੀ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਵੀ ਵੱਡਾ ਝਟਕਾ ਲੱਗਾ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਲਗਾਤਾਰ ਇਹ ਦਾਵਾ ਕਰ ਰਹੀ ਸੀ ਕਿ ਹਰਿਆਣਾ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਪਾਣੀ ਦੀ ਤੈਅ ਸਪਲਾਈ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਹਰਿਆਣਾ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਕੋਰਟ ਵਿਚ ਸਪਸ਼ਟ ਗੁਨ ਨਾਲ ਇਹ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ ਕਿ ਉਹ ਸਾਰੇ ਸਮੱਗਰੀਆਂ ਅਤੇ ਕੋਰਟ ਦੇ ਆਦੇਸ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸ਼ੁਰੂੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਸਬੰਧ ਵਿਚ ਉਸ ਦੇ ਵੱਡੇ ਕੋਈ ਵੀ ਕਮੀ ਨਹੀਂ ਹੋਈ ਹੈ। ਇਸ ਮੁੱਦੇ 'ਤੇ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਜੂਨ ਵਿਚ ਵੀ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੇ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਸੀ ਅਤੇ ਉਦੋਂ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਦਿੱਲੀ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਦਰਜ ਰਿੱਟ ਪਟੀਸ਼ਨ ਨੂੰ ਖਾਰਿਜ ਕਰ ਲਿਆ ਜਾਵੇ। ਹਰਿਆਣਾ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਪੇਸ਼ ਦਲੀਲ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਕਿ ਮੁਲ ਰਿੱਟ ਪਟੀਸ਼ਨ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਨਿਪਟਾਈ ਜਾ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅਵਾਮਨਾ ਪਟੀਸ਼ਨ ਦਾਖਲ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਹੀ ਬੇਮਤਲਬ ਸੀ ਅਤੇ ਅੱਜ ਵੀ ਬੇਮਤਲਬ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਕਿ ਕੌਮੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਦਿੱਲੀ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਦਰਜ ਰਿੱਟ ਪਟੀਸ਼ਨ ਨੂੰ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਨਿਪਟਾ ਦਿੱਤਾ ਸੀ, ਜਿਸ ਦਾ ਅਦਾਲਤ ਇਸ ਕੋਰਟ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਹਰਿਆਣਾ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਸੀਨੀਅਰ ਵਧੀਕ ਐਡਵੋਕੇਟ ਜਨਰਲ ਲੋਕੇਸ਼ ਸਿੰਘਲ ਅਤੇ ਆਦਿਤਮ ਸ਼ਰਮਾ ਨੇ ਦਲੀਲੀ ਦਿੱਤੀ ਕਿ ਇਹ ਮਾਮਲਾ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦਾ ਗਲਤ ਵਰਤੋਂ ਹੈ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਬੇਮਤਲਬ ਹੋਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਇਸ ਨੂੰ ਖਾਰਿਜ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਨਾਲ ਹੀ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਕਿ ਮੁੱਖ ਅਵਾਮਨਾ ਪਟੀਸ਼ਨ ਨੂੰ ਆਪੀਰੀ ਸੁਣਵਾਈ ਲਈ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਇਸ 'ਤੇ ਕੋਰਟ ਨੇ ਅੱਜ ਦੋ ਬਿਨੈ ਨੂੰ ਖਾਰਿਜ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਦਿੱਲੀ ਸਰਕਾਰ ਪਟੀਸ਼ਨ ਨੂੰ ਆਪੀਰੀ ਬਰਿਸ ਲਈ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

### ਸੈਰ-ਸਪਾਟਾ ਮੰਤਰੀ ਡਾ. ਅਰਵਿੰਦ ਸ਼ਰਮਾ ਨੇ ਦਿੱਤਾ 38ਵੇਂ ਸੂਰਜਕੁੰਡ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਕ੍ਰਾਫਟ ਮੇਲੇ ਦਾ ਸੱਦਾ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, 5 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਕੇਂਦਰੀ ਸਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਸੈਰ-ਸਪਾਟਾ ਮੰਤਰੀ ਸ੍ਰੀ ਗਜੇਂਦਰ ਸਿੰਘ ਸ਼ੇਖਾਵਤ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੂਰਜਕੁੰਡ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਕ੍ਰਾਫਟ ਮੇਲੇ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਰਿਆਣਾ ਦੇ ਸੈਰ-ਸਪਾਟਾ ਨੂੰ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਨਕਸ਼ੇ 'ਤੇ ਲਿਆਉਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਅਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਸਰਕਾਰ ਮਿਲ ਕੇ ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਾਰਜਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨਗੇ, ਤਾਂ ਜੋ ਹਰਿਆਣਾ ਦੀ ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਨੇੜੇ ਤੋਂ ਜਾਣੇ ਤੇ ਉਸ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਨ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੂਰਜਕੁੰਡ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਕ੍ਰਾਫਟ ਮੇਲੇ ਦੀ ਸ਼ਾਨ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਏਰੀਜ਼ਨਾਂ ਵਿਚ ਵੱਡੇ ਦੋਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਹਿਯੋਗੀ ਰਾਸ਼ਟਰ ਵਜੋਂ ਜੋੜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸਭਿਆਚਾਰਕ, ਕ੍ਰਾਫਟਕਾਰ ਅਤੇ ਡਿਜ਼ਾਈਨਰ ਵਿਚ ਆਪਸੀ ਮੇਲ-ਜੋੜ ਨੂੰ ਵਧਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੂਰਜਕੁੰਡ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਕ੍ਰਾਫਟ ਮੇਲੇ ਦੇ ਪ੍ਰਗਰਮ ਕੇਲੇਂਡਰ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਜੋ ਵਿਸ਼ਵ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਤੀਭਾਗੀਆਂ ਅਤੇ ਕਲਾਕਾਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸੈਨਾਨੀ ਇਸ ਦੀ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਸੂਰਜਕੁੰਡ ਆ ਕੇ ਆਪਣੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਕਰ ਸਕਣ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਗਲੋਬਲ ਪਲੱਟਫਾਰਮ 'ਤੇ ਸੂਰਜਕੁੰਡ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਕ੍ਰਾਫਟ ਮੇਲੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨ ਦੇਣ ਲਈ ਸ਼ੇਖਾਵਤ ਦੀ ਹਰਿਆਣਾ ਦੇ ਸੈਰ-ਸਪਾਟਾ ਮੰਤਰੀ ਡਾ. ਅਰਵਿੰਦ ਸ਼ਰਮਾ ਦੇ ਨਾਲ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਸ਼ਿਆਂ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕੀ ਹੋਈ।

ਕੇਂਦਰੀ ਮੰਤਰੀ ਸ੍ਰੀ ਗਜੇਂਦਰ ਸਿੰਘ ਸ਼ੇਖਾਵਤ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੂਰਜਕੁੰਡ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਕ੍ਰਾਫਟ ਮੇਲੇ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਰਿਆਣਾ ਦੇ ਸੈਰ-ਸਪਾਟਾ ਨੂੰ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਨਕਸ਼ੇ 'ਤੇ ਲਿਆਉਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਅਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਸਰਕਾਰ ਮਿਲ ਕੇ ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਾਰਜਯੋਜਨਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨਗੇ, ਤਾਂ ਜੋ ਹਰਿਆਣਾ ਦੀ ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਨੇੜੇ ਤੋਂ ਜਾਣੇ ਤੇ ਉਸ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਨ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੂਰਜਕੁੰਡ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਕ੍ਰਾਫਟ ਮੇਲੇ ਦੀ ਸ਼ਾਨ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਏਰੀਜ਼ਨਾਂ ਵਿਚ ਵੱਡੇ ਦੋਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਹਿਯੋਗੀ ਰਾਸ਼ਟਰ ਵਜੋਂ ਜੋੜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸਭਿਆਚਾਰਕ, ਕ੍ਰਾਫਟਕਾਰ ਅਤੇ ਡਿਜ਼ਾਈਨਰ ਵਿਚ ਆਪਸੀ ਮੇਲ-ਜੋੜ ਨੂੰ ਵਧਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੂਰਜਕੁੰਡ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਕ੍ਰਾਫਟ ਮੇਲੇ ਦੇ ਪ੍ਰਗਰਮ ਕੇਲੇਂਡਰ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਜੋ ਵਿਸ਼ਵ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਤੀਭਾਗੀਆਂ ਅਤੇ ਕਲਾਕਾਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸੈਨਾਨੀ ਇਸ ਦੀ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਸੂਰਜਕੁੰਡ ਆ ਕੇ ਆਪਣੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਕਰ ਸਕਣ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਗਲੋਬਲ ਪਲੱਟਫਾਰਮ 'ਤੇ ਸੂਰਜਕੁੰਡ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਕ੍ਰਾਫਟ ਮੇਲੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨ ਦੇਣ ਲਈ ਸ਼ੇਖਾਵਤ ਦੀ ਹਰਿਆਣਾ ਦੇ ਸੈਰ-ਸਪਾਟਾ ਮੰਤਰੀ ਡਾ. ਅਰਵਿੰਦ ਸ਼ਰਮਾ ਦੇ ਨਾਲ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਸ਼ਿਆਂ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕੀ ਹੋਈ।

### ਮੰਡੀ ਗਿੱਦੜਬਾਹਾ ਦੇ ਸਰਕੂਲਰ ਰੋਡ ਵਾਲੇ ਸੀਵੇਜ਼ ਸਿਸਟਮ ਦਾ ਬੁਰਾ ਹੋ ਗਲਾ

ਗਿੱਦੜਬਾਹਾ, 5 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਗਿੱਦੜਬਾਹਾ ਮੰਡੀ ਨੇ ਕਈ ਸਿਆਸੀ ਲੀਡਰ ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ ਅਤੇ ਇਸ ਮੰਡੀ ਨੇ ਹੀ ਕਈ ਕਲਾਕਾਰ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਪਰ ਮੌਕੇ ਦੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਦੇ ਸਿਆਸੀ ਲੀਡਰਾਂ ਨੇ ਇਸ ਮੰਡੀ ਦੇ ਸੀਵੇਜ਼ ਸਿਸਟਮ ਦਾ ਕੋਈ ਮਸਲਾ ਹੱਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਹੁਣ ਗਿੱਦੜਬਾਹਾ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਸਰਕੂਲਰ ਰੋਡ ਤੋਂ ਸੀਵੇਜ਼ ਦਾ ਪਾਣੀ ਉਥੇਥੇ ਵੱਟ ਤੋਂ ਅੱਜ ਵੀ ਨਹੀਂ ਟੁਕ ਰਿਹਾ ਸੀਵੇਜ਼ ਦੇ ਗੰਦੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਵਾਰ ਵਾਰ ਸੜਕ ਦੇ ਉਪਰ ਪਾਣੀ ਭਰ ਜਾਣਾ ਦੁਕਾਨ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ ਬੰਦ ਕਰਨੀਆਂ ਪੈ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਕਈ ਗਲੀ ਮੁਹੱਲਿਆਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਸੀਵੇਜ਼ ਦੇ ਪਾਣੀ ਭਰ ਜਾਣ ਕਾਰਨ ਲੋਕ ਨਰਕ ਭਰੀ ਜਿੰਦਗੀ ਜਿਉਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਹਨ ਸਰਕੂਲਰ ਰੋਡ ਦਾ ਬੁਰਾ ਸੜਕੀ ਸਮਤਾ ਟੁੱਟਣ ਕਾਰਨ ਆਮ ਜਨਜੀਵਨ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਸਰਕਾਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਸੀਵੇਜ਼ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ ਦੇ ਦਾਅਵੇ ਸ਼ਹਿਰ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਹਜ਼ਮ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਹੇ ਇੱਥੇ ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਗਿੱਦੜਬਾਹਾ ਸ਼ਹਿਰ ਅਤੇ ਪਿੰਡ ਗਿੱਦੜਬਾਹਾ ਵਾਸੀ ਸੀਵੇਜ਼ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਨਿਕਾਸੀ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਹਨ। ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਮੁਹੱਲਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸੀਵੇਜ਼ ਦਾ ਗੰਦਾ ਪਾਣੀ ਉਥੇਥੇ ਵੱਟ ਹੁੰਦਾ ਹੋਵੇ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਨੁਸਾਰ ਲਾਲ ਕੋਠੀ ਵਿਚ ਸੀਵੇਜ਼ ਦੇ ਬਣੇ ਪੁਆਇੰਟ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਵੱਧਦੇ ਦਬਾਅ ਕਾਰਨ ਨਿਕਾਸੀ ਪਾਈਪਾਂ ਪਾਈਪਾਂ ਥਾ ਥਾ ਤੋਂ ਵੱਟ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਮਾਨਅੰਤਰ ਹੁਣ ਨਵੀਆਂ ਪਾਈਪਾਂ ਪਾਉਣ ਦਾ ਕੰਮ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਆਦਵਾ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਦਾਅਵਾ ਪੱਤਰਾਂ ਅਤੇ

ਚਰਚਿਤ ਮੁਹੱਲੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਅਕਸਰ ਹਰ ਸਮੇਂ ਸੀਵੇਜ਼ ਦਾ ਪਾਣੀ ਉਥੇਥੇ ਵੱਟ ਹੋ ਗਲੀਆਂ ਵਿਚ ਵੱਟ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਸਮੇਂ ਖੜ੍ਹੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਏ ਪਾਣੀ ਕਾਰਨ ਪੈਦਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਵੱਡੀ ਪ੍ਰਸ਼ਾਨੀ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਸਰਕੂਲਰ ਰੋਡ ਤੋਂ ਟੁੱਟੀ ਗਈ ਡਰਾਈ ਰੋਡ ਨੂੰ ਮਿਲਾਉਣੀ ਸੜਕ ਤਾ ਸੀਵੇਜ਼ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਲਗਾਤਾਰ ਖੜ੍ਹੇ ਰਹਿਣ ਕਾਰਨ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਟੁੱਟ ਚੁੱਕੀ ਹੈ। ਡਰਾਈ ਰੋਡ ਮੌੜ ਕੱਲ ਲਗਾਤਾਰ ਖੜ੍ਹੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋਏ ਪਾਣੀ ਕਾਰਨ ਆਮ ਰਾਹਗੀਰ ਤੇ ਨੌੜੇ ਦੇ ਦੁਕਾਨਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਵੱਡੀ ਪ੍ਰਸ਼ਾਨੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਸਰਦੀ ਦੇ ਚੱਲ ਰਹੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਭਿਆਨਕ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਫੈਲਣ ਦਾ ਵੀ ਡਰ ਹੈ। ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਆਗੂਆਂ ਤੇ ਦੁਕਾਨਦਾਰਾਂ ਦੀ ਮੰਗ ਹੈ ਕਿ ਸਰਕੂਲਰ ਰੋਡ ਦੇ ਖੜ੍ਹੇ ਸੀਵੇਜ਼ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਪੱਕਾ ਹੱਲ ਕੱਢਿਆ ਜਾਵੇ।

### ਹਰਿਆਣਾ ਦੇ ਬੋਰਡ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਨਤੀਜਿਆਂ ਵਿਚ ਵੀ ਹੋਇਆ ਵਿਲੱਖਣ ਸੁਧਾਰ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, 5 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਹਰਿਆਣਾ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਸ੍ਰੀ ਨਾਇਬ ਸਿੰਘ ਸੈਣੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਰਾਜ ਸਿਖਿਆ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਉਚਾਈ ਨੂੰ ਛੋਹ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਗਲ ਹੀ ਵਿਚ ਜਾਰੀ ASER 2024 ਰਿਪੋਰਟ ਨੇ ਇਹ ਸਾਬਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਸੂਬਾ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਦੂਰਦਰਸ਼ੀ ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਅਣਥੱਕ ਯਤਨ ਰੋਗ ਲਿਆ ਰਹੇ ਹਨ। ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਬਾਅਦ ਜਦੋਂ ਪੂਰੇ ਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਸਿਖਿਆ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਈ, ਉਦੋਂ ਹਰਿਆਣਾ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਤੁਰੰਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵੀ ਕਦਮ ਚੁੱਕੇ ਹੋਏ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ ਸੁਧਾਰ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕੀਤਾ। ਸਿਖਿਆ ਵਿਚ ਸੁਧਾਰ ਦੀ ਇਸ ਯਾਤਰਾ ਵਿਚ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਨੀਤੀਗਤ ਢਾਂਚੇ ਅਤੇ ਸਟਾਫ਼ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਨੂੰ ਅਪਣਾਇਆ। ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ ਏਡਮਿਸ਼ਨ ਦੇ ਵੱਧਦੇ ਆਕੜੇ ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸੂਬੇ ਵਿਚ ਸਿਖਿਆ ਦੇ ਲਈ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਭਰੋਸਾ ਵਧਿਆ ਹੈ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸਾਖਰਤਾ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆਤਮਕਤਾ ਕੁਸ਼ਲਤਾ ਵਿਚ ਸੁਧਾਰ ਨੇ ਹਰਿਆਣਾ ਨੂੰ ਕੌਮੀ ਅੰਸ਼ਤ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਅੱਗੇ ਲਿਆ ਖੜਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਸੂਬੇ ਲਈ ਮਾਣ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਸਗੋਂ ਪੂਰੇ ਦੇਸ਼ ਲਈ ਵੀ ਇੱਕ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਹੈ।

ASER 2024 ਰਿਪੋਰਟ ਅਨੁਸਾਰ, ਹਰਿਆਣਾ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕੌਮੀ ਅੰਸ਼ਤ ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ। ਕਲਾਸ 3, 5 ਅਤੇ 8 ਵਿਚ ਹਰਿਆਣਾ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ ਸਾਖਰਤਾ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆਤਮਕ ਕੁਸ਼ਲਤਾ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਕੌਮੀ ਅੰਸ਼ਤ (ਸਰਕਾਰੀ ਅਤੇ ਨਿਜੀ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇਵਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਾ ਕੇ) ਤੋਂ ਬਿਹਤਰ

### ਡਾ ਭੀਮ ਰਾਓ ਅੰਬੇਦਕਰ ਦੀ ਪ੍ਰਤਿਮਾ ਨੂੰ ਤੋੜਨ ਤੇ ਕੇਂਦਰੀ ਮੰਤਰੀ ਰਾਮਦਾਸ ਆਠਵਾਲੇ ਵੱਲੋਂ ਸਖ਼ਤ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ

ਮਲੋਟ, 5 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਇਕ ਪਾਸੇ ਤਾਂ 26 ਜਨਵਰੀ ਗਣਤੰਤਰ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ ਹੋਈ ਘਟਨਾ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਕੇਂਦਰੀ ਮੰਤਰੀ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਸ੍ਰੀ ਰਾਮਦਾਸ ਆਠਵਾਲੇ ਤੋਂ ਰਿਪਬਲਿਕਨ ਪਾਰਟੀ ਆਫ ਇੰਡੀਆ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੁੱਦੇ ਅੱਜ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਸਾਹਿਬ ਪਹੁੰਚੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਸੂਬਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਕੁਲਵੰਤ ਸਿੰਘ ਬਾਈਕਾ ਕੋਰਾ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਸਨ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦਿਆਂ ਪੰਜਾਬ ਪ੍ਰਧਾਨ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਬਾਬਾ ਸਾਹਿਬ ਡਾ ਭੀਮ ਰਾਓ ਅੰਬੇਦਕਰ ਜੀ ਦੇ ਬੁੱਤ ਨਾਲ ਜੋ ਐਲਬੀ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੋਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਪੁਲਿਸ ਸਖਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਖਤ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਸ ਲੋਕਤੰਤਰ ਨੂੰ ਸ਼ਰਮਸਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਘਟਨਾ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਦਾ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪੁਲਿਸ ਪੁਸ਼ਟਾਤਾ ਕੁਝ ਵੀ ਤੱਕ ਜਾਂਚ ਕਰੇ। ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ

### ਮੰਡੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਨੇ ਮਨਾਇਆ ਬਸੰਤ ਪੰਚਮੀ ਦਾ ਤਿਉਹਾਰ

ਲੁਧਿਆਣਾ, 5 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ ਵਿਖੇ- ਸੀਟੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿੱਚ ਬਸੰਤ ਪੰਚਮੀ ਦਾ ਤਿਉਹਾਰ ਉਤਸ਼ਾਹ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ। ਇਹ ਤਿਉਹਾਰ ਬਸੰਤ ਰੁੱਤ ਦੇ ਆਗਮਨ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿਖੇ ਸਭਿਆਚਾਰ, ਪ੍ਰਿਭਾਵ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦੀ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਝਲਕ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲੀ ਪ੍ਰਗਰਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਪਤੰਗਬਾਜ਼ੀ ਨਾਲ ਹੋਈ, ਜਿੱਥੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਕੁਸ਼ਲਤਾ ਵਿਖਾਈ ਅਤੇ ਇਕ-ਦੂਜੇ ਨਾਲ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕੀਤਾ। ਪੂਰੇ ਕੈਂਪਸ ਵਿੱਚ ਰੰਗ-ਬਿਰੰਗੀਆਂ ਪਤੰਗਾਂ ਅਤੇ

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਜੋਸ਼ ਦੇਖਣਯੋਗ ਸੀ। ਇਸ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਸੰਗੀਤ, ਨਾਚ ਅਤੇ ਨਾਟਕ ਸਮੇਤ ਕਲਾਤਮਕ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਵੀ ਕਰਵਾਏ ਗਏ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਿਭਾਵ ਵਿਖਾਈ ਅਤੇ





ਅੱਜਕਲ੍ਹ ਸੁੰਦਰਤਾ ਅਤੇ ਫਿੱਟਨੈਸ ਦੇ ਤੌਰ ਹੋ ਰਹੇ ਗੈਰ-ਵਿਹਾਰਕ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਕਾਰਨ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਔਰਤਾਂ ਕ੍ਰੈਸ਼ ਡਾਇਟਿੰਗ ਨੂੰ ਅਪਣਾਉਣ ਲੱਗੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ 'ਚ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਵੀ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਮੱਟਾਪਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉਹ ਮਾਡਲਸ ਅਤੇ ਫਿਲਮੀ ਸਿਤਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਰਗੀ ਫਿੱਗਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲਾਲਸਾ 'ਚ ਕ੍ਰੈਸ਼ ਡਾਇਟਿੰਗ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ।

ਪਤਲੀ ਫਿੱਗਰ ਦੀ ਲਾਲਸਾ 'ਚ ਕਈ ਮੁਣਿਆਰਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਹੱਦਾਂ ਪਾਰ ਕਰ ਕੇ ਡਾਇਟ ਲਿਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਭਾਰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਗੈਰ-ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਧੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਉਲਟੀ ਕਰਨ, ਲੈਕਸੇਟਿਵਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਖਾਣਾ ਨਾ ਖਾਣ ਵਰਗੇ ਉਪਾਅ ਅਪਣਾਉਣ ਲੱਗੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕ੍ਰੈਸ਼ ਡਾਇਟਿੰਗ ਕਰਨਾ ਇਕ 'ਟਾਈਮ ਬੋਬ' ਸਿੱਧ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ, ਜੋ ਕੁਝ ਦੇਰ ਪਿੱਛੋਂ ਐਨੋਰੇਕਸੀਆ, ਬੁਲੀਮੀਆ, ਲਿਵਰ ਅਤੇ ਕਿਡਨੀ ਦੀ ਖਰਾਬੀ ਵਰਗੇ ਗੰਭੀਰ ਰੋਗਾਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਫਿੱਟਨੈਸ ਮਾਹਿਰਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਕਈ ਔਰਤਾਂ ਜਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਗਲਤੀ ਜ਼ੀਰੋ ਫਿੱਗਰ ਜਾਂ ਪਤਲੇਪਨ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ਦਰਸਤੀ ਦਾ ਸਿੱਕੇ ਮੰਨਣਾ ਹੈ।

ਸਾਈਜ਼ ਜ਼ੀਰੋ ਦੀ ਸੱਚਾਈ

ਪਿਛਲੇ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਸਾਈਜ਼ ਜ਼ੀਰੋ ਦੀ ਚਰਚਾ ਹੋਣ ਲੱਗੀ ਹੈ। ਔਰਤਾਂ ਸਾਈਜ਼ ਜ਼ੀਰੋ ਪ੍ਰਤੀ ਇਹ ਸੋਚ ਕੇ ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਉਹ ਵਧੇਰੇ ਸੁੰਦਰ, ਆਕਰਸ਼ਕ, ਤੇਜ਼ਦਰਸਤ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ ਰਹਿ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ ਜਦੋਂ ਸਾਈਜ਼ ਜ਼ੀਰੋ ਦੀ ਇੱਛਾ 'ਚ ਕੁਝ ਵੀ ਖਾਣਾ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੋਲੋਰੀ ਦੀ ਚਿਤਾ ਦਿਮਾਗ 'ਚ ਖਟਕਣ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸੱਚਾਈ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦੇਣ। ਇਹ ਸੋਚੋ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਡਾਇਟਿੰਗ ਬੰਦ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਰਾਹਤ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਲੱਛਣ

ਵਾਲਾਂ ਦਾ ਝੜਨਾ : ਖੁਰਾਕ 'ਚ ਭੋਜਨ ਦੀ ਕਮੀ ਹੋਣ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਖੁਰਾਕ 'ਚ ਬੇਹੱਦ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰਨ 'ਤੇ ਇਸ ਦਾ ਅਸਰ ਵਾਲਾਂ ਦੇ ਝੜਣ ਦੇ ਰੂਪ 'ਚ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਬੁਢਾਪੇ ਦੇ ਲੱਛਣ : ਕ੍ਰੈਸ਼ ਡਾਇਟਿੰਗ ਬੁਢਾਪਾ ਆਉਣ ਦੀ ਰਫ਼ਤਾਰ ਵਧਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ 'ਚ ਚਮੜੀ ਦਾ ਢਿਲਕਣਾ, ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਰੇਖਾਵਾਂ ਅਤੇ ਬੁਰਜ਼ੀਆਂ ਦਾ ਉਭਰਨਾ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਡੀਹਾਈਡਰੇਸ਼ਨ : ਪਾਣੀ ਦੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਮਾਤਰਾ ਦੀ ਕਮੀ ਜਾਂ ਕਾਰਬੋਹਾਈਡ੍ਰੇਟਸ ਜਾਂ ਚਿਕਨਾਈ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਕੰਟਰੋਲ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਸਰੀਰ 'ਚ ਡੀਹਾਈਡਰੇਸ਼ਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ

ਨਾਲ ਦਿਲ ਜਾਂ ਗੁਰਦੇ ਜਵਾਬ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅਣਕੇ ਜਾਂ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਨਾਲ ਮੌਤ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕਬਜ਼ : ਜਦੋਂ ਭੋਜਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ 'ਚ ਕਮੀ ਹੋਵੇਗੀ ਤਾਂ ਯਕੀਨਨ ਸਰੀਰ 'ਚ ਹਾਜ਼ਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਯੋਗ ਲੋੜੀਂਦੀ ਮਾਤਰਾ 'ਚ ਬੇਕਾਰ ਪਦਾਰਥ ਨਹੀਂ ਹੋਣਗੇ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਗੰਭੀਰ ਕਬਜ਼ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤਣਾਅ : 'ਬੀ' ਕੰਪਲੈਕਸ ਅਤੇ 'ਸੀ' ਵਿਟਾਮਿਨ ਅਤੇ ਖਣਿਜਾਂ ਦੀ ਕਮੀ ਨਾਲ ਵਿਅਕਤੀ ਤਣਾਅ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਭਾਰ ਵਧਣਾ : ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਕ੍ਰੈਸ਼ ਡਾਇਟਿੰਗ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਪਰ ਇਕ ਹੱਦ ਪਾਰ ਕਰਨ ਪਿੱਛੋਂ ਸਰੀਰ ਦਾ ਭਾਰ ਘੱਟ ਹੋਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਕ੍ਰੈਸ਼ ਡਾਇਟਿੰਗ ਕਾਰਨ ਹੀ

# ਕ੍ਰੈਸ਼ ਡਾਇਟਿੰਗ

ਵਧਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹੋਰ ਲੱਛਣ : ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੀ ਅਨਿਯਮਿਤ ਹੋਣਾ, ਆਸਟੀਓਪੋਰੋਸਿਸ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ, ਕੁਪੋਸ਼ਣ ਆਦਿ।

ਕ੍ਰੈਸ਼ ਡਾਇਟਿੰਗ ਦੀ ਆਦਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ : ਇਕ ਵਾਰ ਕ੍ਰੈਸ਼

ਜੋ ਚਾਹੇ ਖਾਏ। ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਬਦੀਲੀ ਲਿਆਏ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਸੰਭਾਲ ਸਕੋ। ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰੈਕਟੀਕਲ ਟੀਚਾ ਸਿੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ਦਰਸਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਤੈਅ ਮਾਤਰਾ 'ਚ ਕੋਲੋਰੀਜ਼ ਅਤੇ ਪੋਸ਼ਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਵੇਗਾ। ਤੇਜ਼ਦਰਸਤ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਭਾਰ

'ਤੇ ਕੰਟਰੋਲ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਾਰੀ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ 'ਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਜਿਸ 'ਚ ਸਿਤੁਲਿਤ ਖੁਰਾਕ, ਕਸਰਤ ਅਤੇ ਚੰਗੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਟਿਪਸ

ਸਾਰੇ ਦਿਨ ਦੌਰਾਨ ਬੜਾ-ਬੜਾ ਕਰਕੇ 5 ਤੋਂ 6 ਵਾਰ ਖਾਓ। ਇਕ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੀ ਉਰਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਕੋ ਵੇਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਾਣ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੇ ਪਾਚਣ ਤੋੜਤ 'ਤੇ ਦਬਾਅ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਪੋਸ਼ਣ ਭਰਪੂਰ ਹਲਕਾ ਭੋਜਨ ਖਾਓ, ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਨਿਊਟ੍ਰੀਸ਼ਨਲਿਸਟ ਦੀ ਸਲਾਹ ਲਓ ਅਤੇ ਨਾਕਾਰਾਮਕ ਵਿਚਾਰਾਂ 'ਤੇ ਕਾਬੂ ਕਰੋ। ਸ਼ੀਸ਼ੇ 'ਚ ਦੇਖਦਿਆਂ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਖੂਬੀਆਂ 'ਤੇ ਗੌਰ ਕਰੋ ਨਾ ਕਿ ਕਮੀਆਂ 'ਤੇ।

ਡਾਇਟਿੰਗ ਦੀ ਆਦਤ ਪੈ ਜਾਣ ਪਿੱਛੋਂ ਇਸ 'ਤੇ ਕਾਬੂ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫੀ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਡਾਇਟਿੰਗ ਬੰਦ ਕਰਕੇ ਸਧਾਰਨ ਖੁਰਾਕ ਲੈਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ ਸਿੱਧ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਭਾਰ ਘਟਾਉਣ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ 'ਚ ਤਬਦੀਲੀ ਸਮਝੋ, ਨਾ ਕਿ ਖੁਰਾਕ 'ਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕਿਉਂਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਸਾਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਤਾਂ ਡਾਇਟਿੰਗ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ।

ਸਹੀ ਖੁਰਾਕ ਯੋਜਨਾ ਉਸ ਨੂੰ ਕਰਾਓ, ਜਦੋਂ 6 ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਤੁਸੀਂ ਸਿਤੁਲਿਤ ਭੋਜਨ ਖਾਓ ਅਤੇ ਇਕ ਦਿਨ ਤੁਸੀਂ

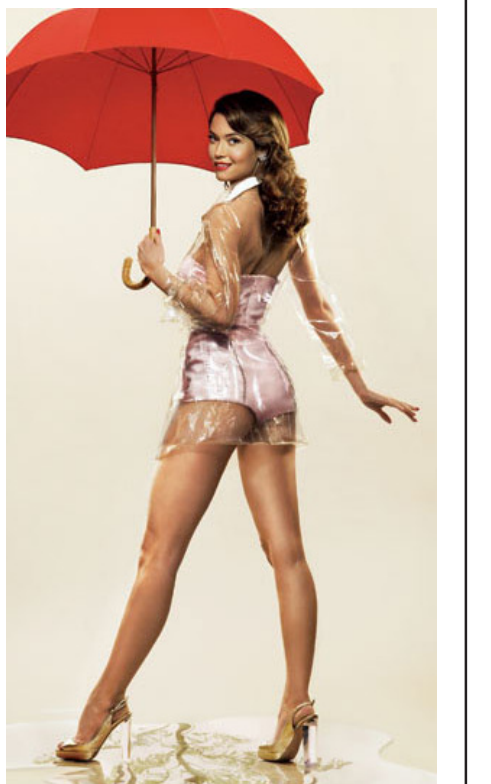
# ਸਮਰ ਹੈਲਥ ਕੇਅਰ ਟਿਪਸ

ਪਸੀਨੇ ਦੀ ਬਦਬੂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ

- ਗਰਮੀਆਂ 'ਚ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਦਿਨ 'ਚ ਦੋ ਵਾਰ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰੋ।
- ਪਸੀਨੇ ਦੇ ਕੀਟਾਣੂ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਮੈਡੀਕੇਟਿਡ ਸਾਬਣ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਨਹਾਉਣ ਪਿੱਛੋਂ ਤੌਲੀਏ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁਕਾ ਕੇ ਵਧੀਆ ਜਿਹਾ ਟੈਲਕਮ ਪਾਊਡਰ ਪਾਓ ਜਾਂ ਡਿਫਿ ਲਗਾਓ।
- ਆਪਣੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਤੇ ਸਾਫ-ਸਵਾਧੀ ਦਾ ਪੂਰਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ।
- ਵਾਲਾਂ 'ਚ ਪਸੀਨੇ ਨਾਲ ਗੰਦਗੀ ਅਤੇ ਜ਼ੂਆਂ ਦਾ ਵਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਹਫ਼ਤੇ 'ਚ 3-4 ਵਾਰ ਵਾਲਾਂ 'ਚ ਸ਼ੈਂਪੂ ਜ਼ਰੂਰ ਲਗਾਓ। ਦਿਮਾਗ ਠੰਡਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਵਾਲਾਂ 'ਚ ਮਹਿੰਦੀ ਦਾ ਲੇਪ ਲਗਾਓ।
- ਨਹਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪਾਣੀ ਦੀ ਬਾਲਣੀ 'ਚ ਗੁਲਾਬ ਜਲ, ਨਿੰਬੂ ਦਾ ਰਸ ਜਾਂ ਗੁਲਾਬ ਦੀਆਂ ਤਾਜ਼ਾ ਪੱਤੀਆਂ ਪਾਓ। ਨਹਾਉਣ ਪਿੱਛੋਂ ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ ਨੂੰ ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਤਰੋ-ਤਾਜ਼ਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋਗੇ।
- ਘੁੰਮੇ ਨਾਲ ਔਖਾਂ 'ਚ ਜਲਣ
- ਘੁੰਮੇ ਦੇ ਤੁੰਬੇ ਨੂੰ ਠੰਡੇ ਦੁੱਧ 'ਚ ਭਿਓ ਕੇ ਔਖਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖੋ।
- ਦੁੱਧ ਦੀ ਠੰਡੀ ਮਲਾਈ ਦਾ ਔਖਾਂ 'ਤੇ ਲੇਪ ਕਰਨ ਨਾਲ ਠੰਡਕ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।
- ਗੁਲਾਬ ਜਲ 'ਚ ਡਿੱਜੇ ਹੋਏ ਤੁੰਬੇ ਔਖਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖੋ।
- ਠੰਡਕ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਔਖਾਂ ਬੰਦ ਕਰਕੇ ਲੇਟ ਜਾਓ ਅਤੇ ਬਰਫ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਪੱਟੀ ਮੱਥੇ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਔਖਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖੋ।
- ਇਮਲੀ ਨੂੰ ਉਬਾਲ ਕੇ ਪੁਣ ਲਓ, ਉਸ 'ਚ ਲੜ ਮੁਤਾਬਿਕ ਖੰਭ, ਕਾਲੀ ਮਿਰਚ ਦਾ ਪਾਊਡਰ, ਭੁੰਨਿਆ ਜੀਰਾ ਪੀਸ ਕੇ ਪਾ ਕੇ ਚੰਮਚ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਘੱਲ ਲਓ,

ਚਾਹੇ ਤਾਂ ਬਰਫ ਪਾ ਕੇ ਠੰਡਾ ਕਰ ਲਓ ਅਤੇ ਪੀਓ।

- ਕੱਚੇ ਅੰਬ ਦਾ ਪੰਨਾ ਪੀਓ, ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਕੱਚੇ ਅੰਬ ਉਬਾਲ ਲਓ। ਫਿਲਕਾ ਲਾਗ ਕੇ ਗੁੰਦੇ 'ਚ ਠੰਡਾ ਪਾਣੀ, ਖੰਭ, ਪੁਦੀਨੇ ਦੇ ਪੱਤੇ, ਕਾਲਾ ਨਮਕ, ਪੀਸੀ ਕਾਲੀ ਮਿਰਚ ਪਾ ਕੇ ਮਿਕਸੀ 'ਚ ਬਲੈਂਡ ਕਰ ਲਓ ਅਤੇ ਪੀਓ। ਇਹ ਸੁਆ 'ਚ ਤਾਂ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਦੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਵਰਤੋਂ ਸਰੀਰ 'ਚ ਗਰਮੀ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਕੇ ਠੰਡਾ ਰੱਖਦੀ ਹੈ।
- ਪਿਆਜ਼ ਨੂੰ ਭੁੰਨ ਕੇ ਉਸ 'ਚ ਜੀਰੇ ਦਾ ਪਾਊਡਰ ਅਤੇ ਮਿਸ਼ਰੀ ਮਿਲਾ ਕੇ ਖਾਣ ਨਾਲ ਲੂ ਦੂਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਨੀਂਦ ਨਾ ਆਵੇ
- ਰਾਤ ਨੂੰ ਸੌਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੁੱਧ 'ਚ ਬਰਫ ਪਾ ਕੇ ਠੰਡਾ ਦੁੱਧ ਪੀਓ।
- ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਤਲੀਆਂ 'ਤੇ ਕੰਢੂ ਦਾ ਲੇਪ ਜਾਂ ਮਹਿੰਦੀ ਦਾ ਲੇਪ ਲਗਾਓ।
- ਸਰ੍ਹੋਂ ਦੇ ਤੇਲ ਨਾਲ ਪੈਰਾਂ ਦੀਆਂ ਤਲੀਆਂ ਦੀ ਮਾਲਸ਼ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਕਰੋ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤਲੀਆਂ 'ਚੋਂ ਸੋਕ ਨਾਲ ਨਿਕਲਣ ਲੱਗੇ।
- ਮਨ 'ਚੋਂ ਸਾਰੀਆਂ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨੀਆਂ ਕੱਢ ਦਿਓ। ਸਿਰ 'ਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਆਯੁਰਵੇਦਿਕ ਤੇਲ ਨਾਲ ਮਾਲਿਸ਼ ਕਰੋ। ਬਾਜ਼ਾਰ 'ਚ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਤੇਲ ਮੌਜੂਦ ਹਨ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਠੰਡਾ-ਠੰਡਾ ਕਰ ਕੇ ਰੱਖਦੇ ਹਨ।
- ਕਮਰੇ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਲਾਈਟਾਂ ਆਫ ਕਰ ਦਿਓ ਅਤੇ ਹੌਲੀ ਆਵਾਜ਼ 'ਚ ਆਪਣਾ ਮਨਪਸੰਦ ਮਿਊਜ਼ਿਕ ਸੁਣੋ। ਬਿਸਤਰੇ 'ਤੇ ਹਲਕੇ ਰੰਗ ਦੀ ਸਾਫ ਅਤੇ ਸੁਤੀ ਚਾਦਰ ਵਿਛਾ ਦਿਓ। ਚਾਹੇ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦੀ ਮੈਗਜ਼ੀਨ ਪੜ੍ਹੋ। ਨੀਂਦ ਕਦੋਂ ਆਵੇਗੀ, ਪਤਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਲੱਗੇਗਾ।
- ਸਾਰੇ ਦਿਨ 'ਚ ਖੁਸ਼ ਸਾਰਾ ਪਾਣੀ ਪੀਓ ਤਾਂ ਕਿ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ ਜਾਣ।
- ਜਿੰਨਾ ਹੋ ਸਕੇ ਫਲਾਂ ਦਾ ਸੂਸ, ਨਿੰਬੂ ਦੀ ਸ਼ਿਕੰਜਵੀ, ਲੱਸੀ ਆਦਿ ਪੀਓ।



- ਸਲਾਦ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਦਾ ਅਹਿਮ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਖਾਣੇ 'ਚ ਘੱਟ ਨਮਕ ਵਰਤੋ।
- ਰੋਜ਼ੇਦਾਰ ਅਤੇ ਰਸ ਭਰੇ ਫਲ ਜਿਵੇਂ ਹਦਵਾਣਾ, ਖਰਬੂਜਾ, ਨਾਸ਼ਪਾਤੀ, ਅੰਗੂਰ ਆਦਿ ਖਾਓ।
- ਆਂਵਲਾ, ਚੰਦਨ, ਖਸਖਸ ਅਤੇ ਸਝੜੂ ਦਾ ਸ਼ਰਬਤ ਪੀਣ ਨਾਲ ਗਰਮੀਆਂ 'ਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਘਬਰਾਹਟ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।
- ਬਹੁਤੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਘੁੰਮ 'ਚ ਨਾ ਰਹੋ, ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਵੇਲੇ ਪਾਣੀ ਪੀ ਕੇ ਨਿਕਲੋ ਅਤੇ ਛੱਤਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

- ਸਰਿਤਾ



# ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਸੋਇਆਬੀਨ

ਸਾਡੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਨਾਲ ਸਾਡੀ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਗਲਤ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਕਾਰਨ ਪਿਛਲੇ ਕੁਝ ਸਮੇਂ 'ਚ ਦਿਲ ਦੇ ਰੋਗ, ਸ਼ੂਗਰ, ਕੈਂਸਰ ਆਦਿ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਧੀ ਹੈ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਅੱਜ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀ ਖੁਰਾਕ ਪ੍ਰਤੀ ਸੁਚੇਤ ਹੈ।

ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਭੋਜਨ 'ਚ ਕੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੀਏ, ਕੀ ਨਾ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਲੋਕਾਂ 'ਚ ਜਿਗਿਆਸ ਵੀ ਵਧੀ ਹੈ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੋਜਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਇਹ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਸੋਇਆਬੀਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸੋਇਆ ਖਾਧ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਖੁਰਾਕ 'ਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਕੇ ਅਸੀਂ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਸੋਇਆਬੀਨ ਸ਼ਾਕਾਹਾਰੀ ਖਾਧ ਪਦਾਰਥਾਂ 'ਚੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੇਰੇ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਭਰਪੂਰ ਪਦਾਰਥ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹ ਸਰੀਰ 'ਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸੋਇਆਬੀਨ ਕਾਰਬੋਹਾਈਡ੍ਰੇਟ, ਫਾਈਬਰ, ਵਿਟਾਮਿਨ, ਆਇਰਨ ਅਤੇ ਫਲਿਜ਼ ਲੂਣਾਂ ਦੀ ਵੀ ਚੰਗਾ ਸਰੋਤ ਹੈ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੋਜਾਂ ਤੋਂ ਇਹ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਹੈ ਕਿ ਸੋਇਆ ਦਿਲ ਸਬੰਧੀ ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਦੇਸ਼ਾਂ 'ਚ ਸੋਇਆ ਦੀ ਬਹੁਤੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਥੇ ਦਿਲ ਸਬੰਧੀ ਰੋਗੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨਾਂਹ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਦੇਖੀ ਗਈ ਹੈ।

ਇਹੀ ਨਹੀਂ, ਕੋਲੈਸਟ੍ਰਾਲ ਦੇ ਪੱਧਰ 'ਚ 25 ਫੀਸਦੀ ਕਮੀ ਲਿਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਸੋਇਆ ਖਾਧ ਪਦਾਰਥ ਕੋਲੈਸਟ੍ਰਾਲ ਰਹਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸੋਇਆ ਪ੍ਰੋਟੀਨ 'ਚ ਉਹ ਸਾਰੇ ਅਮੀਨੋ ਐਸਿਡ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਨੈਚਰਲ ਐਂਟੀ ਆਕਸੀਡੈਂਟ ਦਾ ਵਧੀਆ ਸ੍ਰੋਤ ਹੈ।

ਸੋਇਆਬੀਨ 'ਚ ਚੰਗੀ ਕਿਸਮ ਦੇ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਪਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਮੀਟ ਅਤੇ ਡੋਅਰੀ ਉਤਪਾਦਾਂ 'ਚ ਵੀ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਦੀ ਵਧੀਆ ਮਾਤਰਾ ਪਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਪਰ ਉਹ ਕੋਲੈਸਟ੍ਰਾਲ ਅਤੇ ਚਿਕਨਾਈ ਨਾਲ ਭਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕੋਲੈਸਟ੍ਰਾਲ ਤੋਂ ਚਿਕਨਾਈ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਿਹਤ ਲਈ ਲਾਭਦਾਇਕ ਨਹੀਂ। ਸੋਇਆ ਦੀ ਖਾਸੀਅਤ ਇਹੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ 'ਚ ਕੋਲੈਸਟ੍ਰਾਲ ਅਤੇ ਚਿਕਨਾਈ ਸਿਫਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਕੋਈ ਅਸਿਤੁਲਨ ਪੈਦਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਸੋਇਆ 'ਚ ਫਾਇਟੋਕੈਮਿਕ ਕੰਪਾਊਂਡ ਆਈਸੋਫਲਵੋਨੋਇਡਸ ਦੀ ਵੀ ਖਾਸੀ ਮਾਤਰਾ ਪਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸੋਇਆ ਆਈਸੋਫਲਵੋਨੋਇਡਸ ਛਾਣੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਹਾਰਮੋਨ ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਹਾਰਮੋਨ ਦਾ ਵਧੇਰੇ ਔਰਤਾਂ 'ਚ ਛਾਣੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਖੋਜ ਮੁਤਾਬਿਕ ਸੋਇਆ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਛਾਣੀਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ 50 ਫੀਸਦੀ ਘੱਟ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਔਰਤਾਂ 'ਚ ਮਨੋਰਾਜ਼ ਵੇਲੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਅਸਧਾਰਨ ਲੱਛਣ ਜਿਵੇਂ ਪਸੀਨਾ ਵਧੇਰੇ ਆਉਣਾ ਆਦਿ 'ਚ ਵੀ ਸੋਇਆ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਲਾਭ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਚੀਨ ਅਤੇ ਜਾਪਾਨ 'ਚ ਜਿੱਥੇ ਸੋਇਆ ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਥੋਂ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਮਨੋਪਾਸ਼ ਦੌਰਾਨ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ।

ਹੱਡੀਆਂ ਦੀ ਤੇਜ਼ਦਰਸਤੀ ਲਈ ਵੀ ਸੋਇਆ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੈ। ਸੋਇਆ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਖੂਨ 'ਚ ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਵੀ ਕੰਟਰੋਲ 'ਰੱਖਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਸ਼ੂਗਰ ਤੋਂ ਵੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਸੋਇਆਬੀਨ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਉਤਪਾਦ ਬਾਜ਼ਾਰ 'ਚ ਮੌਜੂਦ ਹਨ। ਬੋਕਰੀ ਪਦਾਰਥਾਂ 'ਚ ਸੋਇਆਬੀਨ ਦੇ ਆਣੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸੋਇਆਬੀਨ ਦੁੱਧ, ਸੋਇਆਬੀਨ ਦਾ ਤੇਲ, ਨਿਊਟ੍ਰੀ ਨਗਰ, ਸੋਇਆ ਨਟਸ ਆਦਿ ਕਈ ਉਤਪਾਦ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਪੋਸ਼ਿਕਤਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਮਾਹਿਰਾਂ ਮੁਤਾਬਿਕ ਰੋਜ਼ਾਨਾ 25 ਗ੍ਰਾਮ ਸੋਇਆ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਿਹਤ ਲਈ ਚੰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

- ਐਸ. ਮਲਹੋਤਰਾ

# ਯੋਗਪੈਥੀ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ ਸੁਡੱਲ ਸਰੀਰ

ਮਾਰਜਰੀ ਭਾਲ ਬਿਲੀ, ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਿਲੀ ਆਕੜ ਭੇਨ ਕੇ ਆਪਣੀ ਸਾਰੀ ਬਕਾਵਟ ਲਾਉਂਦਿਆਂ ਤਰੋ-ਤਾਜ਼ਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਬਿਲਕੁਲ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਮਾਰਜਰੀ-ਆਸਣ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਨਾਲ ਨਾ ਸਿਰਫ ਤਰੋ-ਤਾਜ਼ਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋਗੇ, ਸਗੋਂ ਸਰੀਰ ਦੀ ਬਕਾਵਟ ਅਤੇ ਦਰਦਾਂ ਤੋਂ ਵੀ ਮੁਕਤੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋਗੇ ਅਤੇ ਖੁਦ ਨੂੰ ਹਰ ਵੇਲੇ ਤੇਜ਼ਦਰਸਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋਗੇ।

ਵਿਧੀ : ਜ਼ਮੀਨ 'ਤੇ ਯੋਗਾ ਮੈਟ ਵਿਛਾ ਕੇ ਗੱਡਿਆਂ ਪਰਨੇ ਪੜ੍ਹੇ ਹੋ ਕੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਉਪਰਲਾ ਹਿੱਸਾ ਅੱਗੇ ਵੱਲ ਝੁਕਾਓ ਅਤੇ ਹੱਥਾਂ ਦੀਆਂ ਮੁੱਠੀਆਂ ਬਣਾ ਕੇ ਉਹਲੀਆਂ ਦੀਆਂ ਗੱਦਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਮੀਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਇਹ ਆਸਣ ਦੇ ਹਿੱਸਿਆ 'ਚ ਵੰਡਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਪਹਿਲਾ ਹਿੱਸਾ : ਗਰਦਨ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਵੱਲ ਝੁਕਾਉਂਦਿਆਂ Chin ਨੂੰ ਗਲੇ ਦੇ Pit ਨਾਲ ਜੋੜੋ ਅਤੇ ਪੱਟਾਂ ਨੂੰ ਅੰਦਰ ਵੱਲ ਖੱਕੋ, ਅਜਿਹਾ

ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਪਿੱਠ 'ਚ ਇਕ ਮਹਿਰਾਬ ਦੀ ਸ਼ੋਪ ਬਣੇਗੀ। ਦੂਜਾ ਹਿੱਸਾ : ਲੰਬਾ ਸਾਹ ਭਰੋ। ਆਕੜ ਭੇਨਦਿਆਂ ਗਰਦਨ ਉਪਰ ਵੱਲ ਅਤੇ ਪੱਟ ਬਾਹਰ ਵੱਲ ਖੱਕਦਿਆਂ ਜਿਨੀ ਦੇਰ ਸਾਹ ਰੋਕ ਸਕੋ, ਇਸ ਸਥਿਤੀ 'ਚ ਰਹੋ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਤੁਹਾਡਾ ਰੀੜ੍ਹ ਅੰਦਰ ਵੱਨ ਮੁੜ ਜਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਇਕ ਕਰਕ ਬਣੇਗਾ। ਫਿਰ ਸਾਹ ਛੱਡਦਿਆਂ ਵਾਪਸ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਲੀ ਅਵਸਥਾ 'ਚ ਆ ਜਾਓ, ਅਜਿਹਾ ਪੰਜ ਤੋਂ ਸੱਤ ਵਾਰ ਦੁਹਰਾਓ।

ਲਾਭ : (1) ਪਿੱਠ ਦਰਦ ਅਤੇ ਗਰਦਨ ਦਰਦ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਇਹ ਆਸਣ ਸੰਜੀਵਨੀ ਬੁਟੀ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। (2) ਬਾਂਹ ਦੇ ਉਪਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। (3) ਪੇਟ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ 'ਚ ਖਿਚਾਅ ਆਉਣ ਨਾਲ ਪੇਟ ਨੂੰ ਸਹੀ ਆਕਾਰ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

(4) ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਦੁਸਤ-ਦੁਸਤ ਕਰਕੇ ਤੁਰੰਤ ਉਰਜਾ ਭਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। (5) ਕੋਮਲ ਸਰੀਰ ਦੇ ਚਾਹਵਾਨਾਂ ਲਈ ਇਹ ਆਸਣ ਇਕ ਵਰਦਾਨ ਹੈ।

ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ : ਇਸ ਆਸਣ ਨੂੰ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਲੱਤਾਂ ਨੂੰ ਹਿਲਣ ਨਹੀਂ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ, ਸਿਰਫ ਗਰਦਨ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਹੀ ਪਹਿਲੇ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਹਿੱਸੇ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰੋ।

ਖਾਸ ਕਰ : ਪਿੱਠ ਦਰਦ ਅਤੇ ਗਰਦਨ ਦਰਦ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਜੋ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਸਣ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ, ਇਸ ਆਸਣ ਅਭਿਆਸ ਨਾਲ ਦਰਦਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਉਹ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ 'ਚ ਲਚਕੀਲਾ, ਸੁਡੱਲਤਾ ਅਤੇ ਸਹੀ ਆਕਾਰ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋਗੇ।

ਨੋਟ : ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਸਰਤ ਜਾਂ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਸਲਾਹ ਜ਼ਰੂਰ ਲਓ।

- ਯੋਗ ਥੇਰੇਪਿਸਟ ਅਨੁਪਮਾ





ਸੰਪਾਦਕੀ

ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਬੇਰੁਜ਼ਗੀ ਕਾਰਨ ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਕਿਸਾਨ ਗੰਭੀਰ ਸੰਕਟ 'ਚ

ਸਰਕਾਰਾਂ ਦੀ ਬੇਰੁਜ਼ਗੀ ਰਾਜ ਸਰਕਾਰ ਜਾਂ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਕਾਰਨ ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਕਿਸਾਨ ਗੰਭੀਰ ਸੰਕਟ ਵਿੱਚ ਫਸਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਕਿਸਾਨਾਂ ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਸਿਰ ਕਰਜ਼ਾ ਵਧ ਰਿਹਾ ਹੈ। 1997 ਵਿਚ ਇਹ ਕਰਜ਼ਾ 5700 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਸੀ ਜੋ 2022-23 ਵਿੱਚ 73673 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਹੋ ਗਿਆ। ਆਰਥਿਕ ਵਿਕਾਸ ਅੱਗੇ ਦੀ ਤਾਜ਼ਾ ਰਿਪੋਰਟ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ ਸਾਰੇ ਰਾਜਾਂ ਨਾਲੋਂ ਫਾਈ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਦੀਆਂ ਕੁੱਲ ਖੁਦਕੁਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ 87 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੇ ਕਰਜ਼ੇ ਕਰ ਕੇ ਕੀਤੀਆਂ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 76 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਛੋਟੇ ਕਿਸਾਨ (5 ਏਕੜ ਤੋਂ ਘੱਟ) ਜ਼ਮੀਨ ਵਾਲੇ ਕਿਸਾਨ ਹਨ। ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਵੱਡੇ ਕਾਸ਼ਤਕਾਰ ਕੰਬਾਈਨਾਂ, ਟਰੈਕਟਰਾਂ, ਬਿਜਲੀ ਮੋਟਰਾਂ ਤੇ ਆਧੁਨਿਕ ਸੇਂਟਾਂ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹਨ; ਸਬਸਿਡੀਆਂ ਦਾ ਵੱਡਾ ਫਾਇਦਾ ਵੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵੱਡੇ ਕਾਸ਼ਤਕਾਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਬਹੁਤੇ ਵੱਡੀ ਜ਼ਮੀਨ ਦੇ ਮਾਲਕ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਵਿੱਚੋਂ ਮੁਨਾਫ਼ੇ ਖੱਟ ਕੇ ਕੇ ਮੇਜਿਸ ਪੈਲਾਸ, ਟਰਾਂਸਪੋਰਟ ਅਤੇ ਗੈਲਰੀ ਆਦਿ ਵਿੱਚ ਪੈਸੇ ਲਾਏ ਹੋਏ ਹਨ। ਪੰਜਾਬ ਦੇ -ਤਿਹਾਈ ਲੋਕ ਅਜੇ ਵੀ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਵਸਦੇ ਹਨ ਜੋ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹਨ ਪਰ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਖੇਤਰ 1971 ਵਿੱਚ 63 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੁਜ਼ੂਰਗ ਦਿੰਦਾ ਸੀ, 2011 ਤੋਂ ਇਹ ਸਿਰਫ 35.6 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਹੁਜ਼ੂਰਗ ਮਹੱਈਆ ਕਰਦਾ ਹੈ। 1947 ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਭਾਰਤੀ ਹਕੂਮਤਾਂ ਦੀਆਂ ਕਾਰਪੋਰੇਟਾਂ ਨੂੰ ਹੁਲਾਰਾ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਕਾਰਨ ਕਿਸਾਨਾਂ ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਨੂੰ ਨਿਚੋੜਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਧਨਾਢਾਂ ਦੀ ਸਾਇਦਾਦ ਕਈ ਵਧੀ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਦੇ ਇਕ ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਵੱਡੇ ਘਰਾਣਿਆਂ ਦੇ ਹੱਥਾਂ ਵਿੱਚ ਦੇਸ਼ ਦੀ 73 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਜ਼ਮੀਨੀ ਕੇਂਦਰਤ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਕਿਸਾਨੀ ਦੇ ਆਰਥਿਕ ਸੰਕਟ ਨੂੰ ਹੋਰ ਗਹਿਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸੂਚੇਰੀ ਵਾਲੇ ਸਿਸਟਮ ਦਾ ਵੀ ਹੱਥ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ 20232 ਆੜਤੀਏ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਵੱਡੇ ਹਿੱਸੇ ਦੀ ਆਰਥਿਕਤਾ ਉਪਰ ਜਕੜ ਹੈ। ਆੜਤੀਏ ਸਿਰਫ ਕਰਜ਼ੇ ਉਪਰ ਵੱਧ ਵਿਆਜ ਲਗਾ ਕੇ ਹੀ ਕੇਟਰੋਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਸਗੋਂ ਪੜ੍ਹ ਖੇਤਰ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਮੰਡੀ ਨੂੰ ਕੇਟਰੋਲ ਕਰ ਕੇ ਦੇਹਰੀ ਲੈਣ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖੇਤੀ ਲਾਗਤਾਂ, ਬੀਜ, ਖਾਦਾਂ, ਕੀੜਮਾਰ ਦਵਾਈਆਂ, ਸਪਾਅਰ ਪਾਰਟਸ, ਤੇਲ ਆਦਿ ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਸਮਾਨ ਦਿੱਟਾਂ, ਕੱਪੜੇ, ਰਸੋਈ ਵਿਚ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਮਾਨ ਦੇ ਸਟੋਰ ਵੀ ਆਪਣੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਆੜਤੀਏ ਖੇਤੀ ਵਿੱਚੋਂ 2407 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਸਾਲਾਨਾ ਕਮਾਈ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇਹ ਕਮਾਈ ਕਿਸਾਨਾਂ ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਦੀ ਲੁੱਟ ਕਰ ਕੇ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਵਿਕਸਤ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਨਿਗੂਣੀਆਂ ਸਬਸਿਡੀਆਂ ਦਾ ਬਹੁਤਾ ਫਾਇਦਾ ਸੇਕਣ ਗਸਟ ਛੋਟੀ ਕਿਸਾਨੀ ਦੀ ਬਜਾਏ ਵੱਡੇ ਭੂਮੀਪਤੀਆਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਨੇ 2017-18 ਵਿੱਚ ਬਿਜਲੀ ਦੀ 5977 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੀ ਸਬਸਿਡੀ ਦਿੱਤੀ। ਪੰਜਾਬ ਦੇ 34 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਛੋਟੇ ਕਿਸਾਨ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਕੁੱਲ ਸਬਸਿਡੀ ਵਿੱਚੋਂ ਕੇਵਲ 7 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਕ ਹਜ਼ਾਰ ਕਰੋੜ ਦੀ ਨਹਿਰੀ ਪਾਣੀ ਮਾਲੀਏ ਦੀ ਸਬਸਿਡੀ ਵਿੱਚੋਂ 6 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਅਤੇ ਕਸ਼ਾਇਕ ਖਾਦਾਂ ਦੀ ਇਕ ਹਜ਼ਾਰ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੀ ਸਬਸਿਡੀ ਵਿੱਚੋਂ ਵੀ 8 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਹੀ ਛੋਟੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਖੇਤੀ ਮਸ਼ੀਨਾਂ, ਬੀਜ, ਡੇਅਰੀ, ਪੋਲਟਰੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਹਾਇਕ ਖੋਜਿਆਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਸਬਸਿਡੀ ਵੀ ਵੱਡੇ ਭੂਮੀਪਤੀ ਲੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। 1960ਵਿਆਂ ਅਤੇ 1991 ਵਿਚ ਸਮਰਾਜੀ ਦਿਸ਼ਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਤਹਿਤ ਪਹਿਲਾਂ 'ਹਰੇ ਇਨਕਲਾਬ' ਅਤੇ ਫਿਰ ਨਵ-ਉਦਯੋਗ ਦੀ ਨੀਤੀਆਂ ਨਾਲ ਵਪਾਰਕ ਸ਼ਰਤਾਂ ਖੇਤੀ ਦੇ ਉਲਟ ਹੋਣ, ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਸਮਰਥਨ ਮੁੱਲ ਦਾ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਲਾਗਤਾਂ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਹੋਣਾ, ਛੋਟੇ ਅਤੇ ਸੀਮਾਂਤ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਮੀਨ ਮਹਿੰਗੇ ਲਗਾਨ 'ਤੇ ਮਿਲਣਾ, ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਨਾਲੋਂ ਮਜ਼ਦਰਾ ਵਧ ਹੋਣਾ ਆਦਿ ਹਨ। ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਨਵੀਂ ਮੰਡੀਕਰਨ ਨੀਤੀ ਨਾਲ ਪੰਜਾਬ, ਹਰਿਆਣਾ ਅਤੇ ਧੁਪੀ ਦੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਅੰਦਰ ਮੌਜੂਦ ਏਪੀਐਮਸੀ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਮੁਖ਼ਤਮ ਕਰਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਅੰਦਰ ਕੁੱਲ ਖੇਤੀ ਉਤਪਾਦਨ ਦੇ 65 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਹੀ ਹੈ ਪਰ ਵਿਸ਼ਵ ਵਪਾਰ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਦਬਾਅ ਅਧੀਨ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਸ਼ਾਂਤਾ ਕਮੇਟੀ ਦੀਆਂ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ਾਂ ਲਾਗੂ ਕਰ ਕੇ ਅੱਠਵੀਂ ਆਈ ਵਰਗੀਆਂ ਸਰਕਾਰੀ ਖਰੀਦ ਏਜੰਸੀਆਂ ਦਾ ਰੋਕ ਪਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਿਸਾਨਾਂ ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਅੱਧੇ ਹੋ ਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਉਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਹੁਜ਼ੂਰਗ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਰਿਹਾ। ਕਿਸਾਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਉਚੀਆਂ ਵਿਆਜ ਦਰਾਂ 'ਤੇ ਲਏ ਕਰਜ਼ੇ ਦੀ ਭਾਰੀ ਪੰਡ ਤੋਂ ਸੁਰਖਰੂ ਹੋਣਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਰ ਕੇ ਕਿਸਾਨ ਅਤੇ ਮਜ਼ਦੂਰ ਖੁਦਕੁਸ਼ੀਆਂ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਰ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ। ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਫ਼ਸਲਾਂ ਦਾ ਖਰੀਦ ਮੁੱਲ ਤੈਅ ਕਰਨ ਦੇ ਕਈ ਫਾਰਮੂਲੇ ਹਨ। 8-2 ਆਰਥਿਕ ਲਾਗਤਾਂ ਦੇ ਫਾਰਮੂਲੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਕਿਸਾਨ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੇ ਆਰਥਿਕ ਖਰਚੇ ਜਿਵੇਂ ਬੀਜ, ਖਾਦ, ਤੇਲ, ਰਸਾਇਣ, ਕਿਰਤ, ਸਿਜਾਈ ਦੀ ਕੀਮਤ, ਸੇਂਟਾਂ ਦੀ ਟੱਟ-ਭੱਜ ਤੇ ਘਸਾਈ, ਫ਼ਸਲਾਂ ਦੀ ਸਾਂਭ-ਸੰਭਾਲ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕੀਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸੀ-2 ਵਿੱਚ 8-2 ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਖਰਚਿਆਂ 'ਤੇ ਇਲਾਵਾ ਆਪਣੀ ਜ਼ਮੀਨ ਦਾ ਠੇਕਾ, ਖੇਤੀ ਵਿੱਚ ਲੱਗੀ ਸਥਿਰ ਪੂੰਜੀ ਉਪਰ ਵਿਆਜ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਕਿਰਤ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਡਾ. ਰਮੇਸ਼ ਚੰਦ ਕਮੇਟੀ ਦੀਆਂ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ, 8-2 ਵਿਚ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੁਖੀ ਨੂੰ ਟੈਕਨੀਕਲ ਲੇਬਰ ਮੰਨ ਕੇ ਉਸ ਦੀ ਲੇਬਰ, ਪੂਰੇ ਫ਼ਸਲੀ ਸੀਜ਼ਨ ਦਾ ਵਿਆਜ, ਜ਼ਮੀਨ ਦਾ ਪ੍ਰਚਲਤ ਮੰਡੀ ਠੇਕਾ, ਫ਼ਸਲ ਦੀ ਸਾਫ਼ ਸਫ਼ਾਈ ਤੇ ਚੌਆ-ਚੁਆਈ, ਪੇਕਿੰਗ ਖਰਚੇ ਤੇ ਇਲਾਵਾ 10 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਦਾ ਬੋਨਸ ਦੇਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ ਪਰ ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਕਣਕ 2020-21 ਦੇ ਭਾਅ 1925 ਰੁਪਏ ਕੁਇੰਟਲ ਖਰੀਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਸੀ; ਠੇਕੇ ਚੁੱਕ ਕਮੇਟੀ ਦੀਆਂ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਕਣਕ ਦਾ ਅਸਲੀ ਰੇਟ ਖੇਤੀ ਨੀਤੀ 2023 ਅਨੁਸਾਰ 2787 ਰੁਪਏ ਪ੍ਰਤੀ ਕੁਇੰਟਲ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਸੀ। ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਝੋਨੇ ਦਾ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਸਲਬਨ ਮੁੱਲ ਮਿਲਣ ਵਰ ਕੇ ਪੰਜਾਬ ਅੰਦਰ ਝੋਨੇ ਦੀ ਕਾਸ਼ਤ ਵਧ ਗਈ ਹੈ। ਝੋਨਾ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਰਵਾਇਤੀ ਫ਼ਸਲ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਬਹੁਤਾ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਵਰ ਕੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਖੇਤਰ ਡਰਾਕ ਜ਼ੋਨ ਬਣ ਗਏ ਹਨ। ਇਸ ਕਰ ਕੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ ਅੰਦਰ ਪਾਣੀ ਦਾ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਸੰਕਟ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਅੰਦਰ ਹਰੇ ਇਨਕਲਾਬ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਲੀ ਫ਼ਸਲੀ ਵੈਨ-ਸਵੈਨਤਾ ਬਹਾਲ ਕਰਨ ਲਈ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਖੇਤੀ ਨੀਤੀ-2023 ਦੇ ਖਰੜੇ ਅੰਦਰ ਕਈ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ਾਂ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਅਰਥਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਜਮਾਤੀ ਟੱਟ-ਭੱਜ ਤੇਜ਼ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਗਰੀਬ ਕਿਸਾਨਾਂ ਅਤੇ ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਸਿਰ ਕਰਜ਼ਾ ਚੜ੍ਹ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਉਂ ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਖੇਤੀ ਅਰਥਚਾਰਾ ਗੰਭੀਰ ਸੰਕਟ ਵਿੱਚ ਫਸਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਖੇਤੀ ਨੂੰ ਇਸ ਸੰਕਟ ਵਿੱਚੋਂ ਕੱਢਣ ਲਈ ਭਾਰਤ ਅੰਦਰ ਕਈ ਕਿਸਾਨ ਸੰਗਠਨ ਬਣੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੰਗਠਨਾਂ ਦੀਆਂ ਮੰਗਾਂ ਭਾਵੇਂ ਇੱਕ ਸਮਾਨ ਹਨ ਅਤੇ ਦਿੱਲੀ ਕਿਸਾਨ ਅੰਦੋਲਨ ਸਮੇਂ ਇਸ ਸੰਗਠਨ ਵਿੱਚ ਸਨ ਪਰ ਇਸ ਵੇਲੇ ਪੰਜਾਬ ਅੰਦਰ ਇਹ ਸੰਯੁਕਤ ਕਿਸਾਨ ਮੋਰਚਾ, ਕਿਸਾਨ ਮਜ਼ਦੂਰ ਮੋਰਚਾ ਅਤੇ ਸੰਯੁਕਤ ਕਿਸਾਨ ਮੋਰਚਾ (ਗੈਰ-ਸਿਆਸੀ) ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਰਗਰਮ ਹਨ। ਸੰਘਰਸ਼ ਅਤੇ ਅੰਦੋਲਨ ਦੇ ਗੂਪ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਸਮਾਨਤਾ ਨਹੀਂ। ਜਿਥੇ ਜਗਜੀਤ ਸਿੰਘ ਡੱਲਵਾਲ ਨੇ ਮੰਗਾਂ ਮਨਵਾਉਣ ਲਈ ਮਰਨ ਵਰਤ ਰੱਖ ਲਿਆ ਹੈ, ਇਉਂ ਸਰਵਣ ਸਿੰਘ ਪੰਧਰ ਦਾ ਕਿਸਾਨ ਮਜ਼ਦੂਰ ਮੋਰਚਾ ਟਰੈਕਟਰ ਮਾਰਚ ਆਦਿ ਰਾਹੀਂ ਮੰਗਾਂ ਮਨਵਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੰਗਠਨ ਭਾਵੇਂ ਏਕਤਾ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਮਤਭੇਦ ਹਨ। ਨਾਰੀਅਲ, ਪਟਨਮ ਅਤੇ ਗੰਨੇ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਬਾਕੀ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਸਮਰਥਨ ਵਾਲੀਆਂ 23 ਫ਼ਸਲਾਂ ਦੇ ਅਤੇ ਮੰਡੀ ਭਾਅ ਵਿਚਕਾਰਾ 27 ਹਜ਼ਾਰ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦਾ ਡਰਕ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਚਾਹੇ ਤਾਂ ਇਹ ਡਰਕ ਪੂਰਾ ਕਰ ਕੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਮੰਗਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਪਰ ਵਿਸ਼ਵ ਵਪਾਰਕ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਦਬਾਅ ਕਾਰਨ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਇਹ ਨਿਗੂਣੀ ਮੰਗ ਪੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੀ। ਇੱਕ ਅਖ਼ਬਾਰ ਦੀ ਤਾਜ਼ਾ ਰਿਪੋਰਟ ਅਨੁਸਾਰ, ਇਹ ਡਰਕ ਭਾਰਤ ਦੀ ਕੁੱਲ ਘਰੇਲੂ ਪੈਦਾਵਾਰ ਦਾ ਕੇਵਲ 0.1 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਹੈ ਅਤੇ ਸੀ-2 ਫਾਰਮੂਲੇ ਮੁਤਾਬਿਕ ਵੀ ਇਹ ਅੰਤਰ 1.68 ਲੱਖ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦਾ ਹੀ ਹੈ।

ਪਿੰਡ ਰੂੜੇਕੇ ਕਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਸ਼ੋਰ ਸਿਹਤ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ



ਬਰਨਾਲਾ, 5 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਉਰੋ - ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਬਰਨਾਲਾ ਵੱਲੋਂ ਸਿਵਲ ਸਰਜਨ (ਇਚਾਰਜ) ਡਾ. ਤਪਿਦਰਜਤ ਕੋਸ਼ਲ ਦੀ ਰਹਿਨੁਮਾਈ ਹੇਠ ਬਰਨਾਲਾ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ 72 ਪਿੰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਸ਼ੋਰ ਸਿਹਤ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਲੜੀ ਤਹਿਤ ਪਿੰਡ ਰੂੜੇਕੇ ਕਲਾਂ ਵਿੱਚ ਅੱਜ 10-19 ਸਾਲ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨਾਲ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਗਾਜ਼ਰ ਬੱਚਿਆਂ, ਮਾਪਿਆਂ ਤੇ ਪਿੰਡ ਦੀ ਪੰਚਾਇਤ ਦੇ ਨਾਲ ਕਿਸ਼ੋਰ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਹੱਲ, ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਉਪਲਾਬੀ ਕਰਨ ਸਬੰਧੀ ਵੱਖ ਵੱਖ ਬੁਲਾਰਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਜਾਗਰੂਕ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਸੁਖਪਾਲ ਕੌਰ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਆਰ.ਬੀ.ਐਸ.ਕੇ. ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ

ਬਰਨਾਲਾ ਵੱਲੋਂ ਕਿਸ਼ੋਰ ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਸਹੀ ਭੋਜਨ ਤੇ ਸਹੀਰਕ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਰੱਖਣ ਸਬੰਧੀ ਜਾਗਰੂਕ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਸ਼੍ਰੀ ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਮਾਸ ਮੀਡੀਆ ਤੇ ਸੂਚਨਾ ਅਫ਼ਸਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਜਤਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਵੱਲੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ, ਸੰਤੁਲਿਤ ਭੋਜਨ ਲੈਣ, ਵਾਸਟ ਫੂਡ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਰਨ ਅਤੇ ਪਿੰਡ ਦੀ ਪੰਚਾਇਤ ਨੂੰ ਸਰਕਾਰੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਨ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਬੱਚਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਸ਼ਿਆਂ 'ਤੇ ਭਾਸ਼ਣਾਂ ਚਾਰਟ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲਿਆ ਅਤੇ ਭਾਗ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਮਨਦੀਪ ਕੌਰ, ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ, ਜਗਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸਿਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀ, ਸਰਪੰਚ ਪਰਦੀਪ ਕੌਰ, ਗਰਾਮ ਪੰਚਾਇਤ ਰੂੜੇਕੇ ਕਲਾਂ, ਆਗਨਵਾੜੀ ਤੇ ਆਸ਼ਾ ਵਰਕਰਾਂ ਨੇ ਭਾਗ ਲਿਆ।

ਬੀਜੀ ਬੀ ਅਰਲੀ ਲਰਨਿੰਗ ਸੈਂਟਰ 'ਚ ਬਸੰਤ ਪੰਚਮੀ 'ਤੇ ਮਾਤਾ ਜਗਸਵਤੀ ਦੀ ਕੀਤੀ ਪੂਜਾ



ਸਾਹਨੇਵਾਲ, 5 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਉਰੋ - ਬੀਜੀ ਬੀ ਅਰਲੀ ਲਰਨਿੰਗ ਸੈਂਟਰ ਮਾਡਲ ਟਾਊਨ ਸਾਹਨੇਵਾਲ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੇ ਪਲ ਵੇਅ 'ਚ ਬਸੰਤੀ ਗੋਬਿੰਦਾ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਗਿਆਨ ਦੀ ਦੇਵੀ ਮਾਤਾ ਜਗਸਵਤੀ ਦੀ ਪੂਜਾ ਕਰਕੇ ਪੀਲੇ ਰੰਗ ਦੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਦ ਦਾ ਮਾਤਾ ਨੂੰ ਭੋਗ ਲਗਾ ਕੇ ਪਲਵੇ ਨੂੰ ਪਤੰਗਾਂ ਅਤੇ ਪੀਲੇ ਰੰਗ ਦੇ ਗੁਬਾਰਿਆਂ ਨਾਲ ਸ਼ਿਕਾਰ ਕੇ ਬਸੰਤ ਪੰਚਮੀ ਦਾ ਤਿਉਹਾਰ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ। ਪਲ ਵੇਅ ਦੇ ਨੇੜੇ-ਮੁੱਠੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਬਸੰਤੀ ਗੋਬਿੰਦਾ ਦੀ ਪੂਜਾ ਕਰਕੇ ਪਾਈਆਂ ਹੋਈਆਂ ਸਨ ਜੋ ਕਿ ਬਹੁਤ ਹੀ ਪਿੱਚ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਬਣੇ ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰਾਂ ਤੋਂ ਲੱਚ ਆਕਸ਼ ਵਿੱਚ ਵੀ ਬਸੰਤੀ ਗੋਬਿੰਦਾ ਦੇ ਖਾਣੇ ਲੈ ਕੇ ਆਏ ਅਤੇ ਸੈਂਟਰ ਵੱਲੋਂ ਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਸੰਤੀ ਗੋਬਿੰਦਾ ਦੇ ਖਾਣੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ ਵੱਲੋਂ ਸਮੂਹ ਦੇ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਬਸੰਤ ਪੰਚਮੀ ਦੇ ਤਿਉਹਾਰ ਦੀ ਵਧਾਈ ਦਿੰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਡਾ ਭਾਰਤ ਦੇਸ਼ ਤਿਉਹਾਰਾਂ ਦਾ ਦੇਸ਼ ਹੈ। ਕੋਈ ਮਹੀਨਾ ਅਜਿਹਾ ਹੀ ਜਾਂਦਾ ਹੋਣਾ, ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਤਿਉਹਾਰ ਨਾ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਸੈਂਟਰ ਵਿੱਚ ਹਰ ਤਿਉਹਾਰ ਬੜੀ ਹੀ ਸ਼ਰਧਾ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਸਾਡੇ ਬੱਚੇ

ਦੇ ਪਕਵਾਨ ਵੀ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਪੀਲੇ ਰੰਗ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨ ਕੇ ਆਪਣੀ ਖੁਸ਼ੀ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੁਰਾਣੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਰਸੋਈ-ਮਹਾਰਾਜੇ ਪਤੰਗਬਾਜ਼ੀ ਦਾ ਬਹੁਤ ਸ਼ੌਕ ਰੱਖਦੇ ਸਨ ਅਤੇ ਬਸੰਤ ਪੰਚਮੀ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਸੂਤ ਦੇ ਧਾਗਿਆਂ ਨਾਲ ਪਤੰਗ ਉਡਾਉਂਦੇ ਸਨ ਅਤੇ ਇਸ ਤਿਉਹਾਰ ਦਾ ਅਨੰਦ ਮਾਣਦੇ ਸਨ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਟੇਸ਼ਨਰੀ ਦਾ ਸਮਾਨ ਵੀ ਗਿਫ਼ਟ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਹੋਰਨਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਜਰਨੈਲ ਸਿੰਘ ਪੁਸ਼ਪਜੀਤ ਕੌਰ ਮਨੀਹਰੀ ਕੌਰ ਆਦਿ ਨੇੜੇ-ਮੁੱਠੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

ਪ੍ਰੈਸ ਕਲੱਬ ਬਠਿੰਡਾ ਦਿਹਾਤੀ ਵੱਲੋਂ ਜੱਸੀ ਬਾਗਵਲੀ ਵਿਖੇ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਅੱਖਾਂ ਦਾ 20ਵਾਂ ਮੁਫਤ ਜਾਂਚ ਕੈਂਪ



ਬਠਿੰਡਾ, 5 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਉਰੋ - ਸਮਾਜ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਚੱਟਾਨ ਵਾਂਗ ਖੜਾ ਪ੍ਰੈਸ ਕਲੱਬ ਬਠਿੰਡਾ ਦਿਹਾਤੀ ਸਮਾਜ ਭਲਾਈ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਲੋਧੀਆ ਪੁਲਾਖਾਂ ਪੁੱਟ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਵਾਰਥ ਚਿਤਵਦਿਆ ਗਰੀਬ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸ਼ਾਇ ਵਿੱਚ ਜਥਾ ਸੰਭਵ ਮਦਦ ਕਰਨਾ, ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪੱਥ ਪੱਥੇ ਲਗਾ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰਨਾ, ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ ਮੁਫਤ ਮੈਡੀਕਲ ਕੈਂਪਾਂ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕਰਨਾ ਆਦਿ ਅਜਿਹੇ ਲੋਕ ਭਲਾਈ ਕਾਰਜ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਕਲੱਬ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਸਮੂਹ ਅਹੁਦੇਦਾਰਾਂ ਅਤੇ ਮੈਂਬਰ ਸਾਥਿਯਾਂ ਦੀ ਨਿੰਗਰ ਸੇਵਾ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਐਸੀ ਹੀ ਸੇਵਾ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਚੁੱਕਦਿਆਂ ਪ੍ਰੈਸ ਕਲੱਬ ਬਠਿੰਡਾ ਦਿਹਾਤੀ ਵੱਲੋਂ ਅੱਖਾਂ ਦਾ 20 ਵਾਂ ਮੁਫਤ ਜਾਂਚ ਕੈਂਪ ਜਿਲ੍ਹਾ ਬਠਿੰਡਾ ਦੇ ਪਿੰਡ ਜੱਸੀ ਬਾਗਵਲੀ ਵਿਖੇ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ। ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਕਲੱਬ ਦੇ ਸਮੂਹ ਅਹੁਦੇਦਾਰਾਂ ਅਤੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਅਤੇ ਪਿੰਡ ਦੀ ਪੰਚਾਇਤ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਲਗਾਏ ਗਏ ਇਸ ਕੈਂਪ ਵਿੱਚ ਕਲੱਬ ਪ੍ਰਧਾਨ ਡਾਕਟਰ ਗੁਰਜੀਤ ਚੌਹਾਨ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ। ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਕਾਲੀ ਮਾਤਾ ਮੰਦਰ ਜੱਸੀ ਬਾਗਵਲੀ ਵਿਖੇ ਲੱਗੇ ਇਸ ਕੈਂਪ ਵਿੱਚ ਪਿੰਡ ਵਾਸੀਆਂ ਨੇ ਵੱਧ ਚੜ੍ਹ ਕੇ ਇਸ ਕੈਂਪ ਦਾ ਫਾਇਦਾ ਲਿਆ, ਇਸ ਕੈਂਪ ਵਿੱਚ 140 ਦੇ ਕਰੀਬ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਮੁਫਤ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਮੁਫਤ ਦਵਾਈਆਂ ਵੀ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਲਈ ਚੁਣੇ ਗਏ 26 ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਅਊਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰੈਸ ਕਲੱਬ ਵੱਲੋਂ ਮੁਫਤ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਵੀ ਕਰਵਾਏ ਜਾਣਗੇ। ਹਰ ਵਾਰ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਸ ਕੈਂਪ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸੇਵਾ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਆਯੋਜਨ ਸਿਵਲ ਲਾਈਨ ਚੌਕ ਵਿਖੇ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਐਸ ਆਈ ਪ੍ਰਦੀਪ ਕੁਮਾਰ ਇਚਾਰਜ ਸਾਂਝ ਕੇਂਦਰ ਸਿਟੀ 1 ਨੇ

ਰੁਝੇਵਿਆਂ ਕਾਰਨ ਇਸ ਕੈਂਪ ਵਿੱਚ ਕਾਫੀ ਲੋਟ ਪਹੁੰਚੇ ਪਰ ਇਸ ਕੈਂਪ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਵੀ ਆਪਣਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਹਿਯੋਗ ਦਿੱਤਾ।

ਐਕਸੀਡੈਂਟਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਵਹੀਕਲਜ਼ ਉਪਰ ਰਿਫਲੈਕਟਰ ਜ਼ਰੂਰ ਲਗਾਏ

ਪਟਿਆਲਾ, 5 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਉਰੋ - ਸਾਂਝ ਕੇਂਦਰ ਸਿਟੀ 1 ਪਟਿਆਲਾ ਵਲੋਂ ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਯੂਥ ਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਆਫ ਇੰਡੀਆ, ਪਾਵਰ ਹਾਊਸ ਯੂਥ ਕਲੱਬ, ਯੂਵਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਕਲੱਬ ਦੀਪ ਨਗਰ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਮਾਨਯੋਗ ਐਸ ਐਸ ਪੀ ਪਟਿਆਲਾ ਡਾਕਟਰ ਨਾਕ ਸਿੰਘ, ਐਸ ਪੀ ਹੇਡਕੁਆਰਟਰ -ਕਮ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਅਫੇਅਰ ਅਫ਼ਸਰ ਓਲੰਪੀਅਨ ਹਰਵੰਤ ਕੌਰ, ਸੁਖਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਇਚਾਰਜ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਾਂਝ ਕੇਂਦਰ ਪਟਿਆਲਾ ਦੇ ਦਿਸ਼ਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਪ੍ਰੈਸ ਦੇ ਮੈਂਸਮ ਨੂੰ ਵੇਖਦਿਆਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਵਹੀਕਲਜ਼ ਉਪਰ ਰਿਫਲੈਕਟਰ ਲਗਾਉਣ ਸਬੰਧੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਸਿਵਲ ਲਾਈਨ ਚੌਕ ਵਿਖੇ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਐਸ ਆਈ ਪ੍ਰਦੀਪ ਕੁਮਾਰ ਇਚਾਰਜ ਸਾਂਝ ਕੇਂਦਰ ਸਿਟੀ 1 ਨੇ

ਐਕਸੀਡੈਂਟਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਵਹੀਕਲਜ਼ ਉਪਰ ਰਿਫਲੈਕਟਰ ਜ਼ਰੂਰ ਲਗਾਏ



ਜ਼ਿਕਰਤ ਕੀਤੀ, ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਸਟੇਟ ਐਵਾਰਡੀ ਪਰਮਿੰਦਰ ਭਲਵਾਨ ਮੈਂਬਰ ਨਸ਼ਾ ਮੁਕਤ ਭਾਰਤ ਅਭਿਆਨ ਅਤੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਾਂਝ ਕੇਂਦਰ ਨੇ ਕੀਤੀ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਗਵਨਰ ਐਵਾਰਡੀ ਜਤਿੰਦਰ ਗਰੇਵਾਲ ਮੈਂਬਰ ਨਸ਼ਾ ਮੁਕਤ ਭਾਰਤ ਅਭਿਆਨ, ਰਿਟਾਇਰ ਐਸ ਡੀ ਓ ਵਿਨੋ ਸ਼ਰਮਾ, ਰੁਦਰਪ੍ਰਤਾਪ ਸਿੰਘ ਪ੍ਰਧਾਨ ਯੂਵਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਕਲੱਬ ਦੀਪ ਨਗਰ, ਲੱਕੀ

ਦੁਕਾਨਦਾਰ ਪੀਲੀ ਪੱਟੀ ਤੋਂ ਅੰਦਰ ਰੱਖਣ ਆਪਣਾ ਸਮਾਨ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਹੋਵੇਗਾ ਜਬਤ : ਪ੍ਰਧਾਨ ਸੋਨੂੰ ਕੁੰਦਰਾ

ਮਾਛੀਵਾੜਾ ਸਾਹਿਬ, 5 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਉਰੋ - ਨਗਰ ਕੌਂਸਲ ਦੇ ਨਵ ਨਿਯੁਕਤ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੋਹਿਤ ਕੁੰਦਰਾ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਕੌਂਸਲਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਦੁਕਾਨਦਾਰਾਂ ਨਾਲ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮੀਟਿੰਗ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਦੁਕਾਨਦਾਰਾਂ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਮੀਟਿੰਗ ਬਣਾ ਵੀ ਹੋ, ਸਾਡਾ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਵੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸ਼ਹਿਰ ਦਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਵੀ ਹਾਂ। ਇਹ ਸ਼ਹਿਰ ਤੁਹਾਡਾ ਆਪਣਾ ਸ਼ਹਿਰ ਹੈ ਆਪਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲ ਕੇ ਹੀ ਇਸ ਨੂੰ ਸੁੰਦਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਪੰਛੇਵਾਰ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਗੁਰੂ ਦੀ ਨਗਰੀ ਦਿੱਤਾਅਸਿਕ ਸ਼ਹਿਰ ਦੀ ਜਿੰਮੇਵਾਰੀ ਦੇ ਕੇ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਦਾ ਅੰਦ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕੁਝ

ਦੁਕਾਨਦਾਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਦੁਕਾਨ ਦੇ ਬਾਹਰ ਰੋੜੀਆਂ ਲਗਾ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਪੈਸੇ ਵੀ ਵਸੂਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਸਰਾਸਰ ਗਲਤ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਆਵਾਜਾਈ ਵਿੱਚ ਵਿਘਨ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਨਗਰ ਕੌਂਸਲ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਕੁੰਦਰਾ ਨੇ ਦੁਕਾਨਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸੰਬੰਧਤ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੈਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬਣਾ ਵੀ ਹਾਂ, ਸਾਡਾ ਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਵੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸ਼ਹਿਰ ਦਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਵੀ ਹਾਂ। ਇਹ ਸ਼ਹਿਰ ਤੁਹਾਡਾ ਆਪਣਾ ਸ਼ਹਿਰ ਹੈ ਆਪਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਮਿਲ ਕੇ ਹੀ ਇਸ ਨੂੰ ਸੁੰਦਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਪੰਛੇਵਾਰ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਗੁਰੂ ਦੀ ਨਗਰੀ ਦਿੱਤਾਅਸਿਕ ਸ਼ਹਿਰ ਦੀ ਜਿੰਮੇਵਾਰੀ ਦੇ ਕੇ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਦਾ ਅੰਦ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕੁਝ

90 ਸ਼ਰਧਾਲੂਆਂ ਦਾ ਇਕ ਜਥਾ ਪ੍ਰਯਾਗਰਾਜ ਮਹਾਂਕੁੰਭ ਲਈ ਰਵਾਨਾ



ਸ੍ਰੀ ਆਨੰਦਪੁਰ ਸਾਹਿਬ, 5 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਉਰੋ - ਦੇਸ਼ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹਿੱਸਿਆਂ ਅਤੇ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਕਰੋੜਾਂ ਸੰਤ-ਮਹਾਂ ਪੁਰਸ਼ ਅਤੇ ਸ਼ਰਧਾਲੂ ਪ੍ਰਯਾਗਰਾਜ ਦੀ ਪਵਿੱਤਰ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਚਲ ਰੇ ਮਹਾਂਕੁੰਭ ਮੇਲੇ ਵਿੱਚ ਪਵਿੱਤਰ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਪਹੁੰਚ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਗੰਗਵਾਲ ਅਤੇ ਨੇੜਲੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਤੋਂ ਲਗਭਗ 90 ਸ਼ਰਧਾਲੂਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਜੱਥਾ ਮਹਾਂਕੁੰਭ ਵਿੱਚ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰਯਾਗਰਾਜ ਦੇ ਤੀਰਥ ਸਥਾਨ ਲਈ ਰਵਾਨਾ ਹੋਇਆ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਸਮਾਜ ਸੇਵਕ ਲੱਕੀ ਕਪਿਲਾ ਸਰਪੰਚ ਗੰਗੁਵਾਲ ਅਤੇ ਸ਼ੁਭਮ ਚੀਟ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸਾਡਾ ਜਥਾ ਅੱਜ ਇੱਥੋਂ ਰਵਾਨਾ ਹੋ ਕੇ ਪ੍ਰਯਾਗ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਥਾਵਾਂ ਦਾ ਦੌਰਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 5 ਫਰਵਰੀ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਆਵੇਗਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸਾਡਾ ਅਗਲਾ ਜੱਥਾ 12 ਫਰਵਰੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਿਆਗਰਾਜ ਲਈ ਰਵਾਨਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਮਾਸਟਰ ਸੰਜੀਵ ਸ਼ਰਮਾ, ਰਾਜੇਸ਼ ਚੀਟ, ਸੁਭਾਸ਼ ਨੰਡਾ, ਵਿਜੈ ਸੋਨੀ, ਵਿਜੈ ਕੁਮਾਰ, ਸੁਧੀਰ ਹਰਬੰਸ ਲਾਲ, ਰਿਸ਼ੂ ਚੀਟ, ਰਾਜੀਵ ਕੁਮਾਰ ਵਿਸ਼ੂ, ਸੁਮਨ ਕਪਿਲਾ, ਪੂਜਾ ਸ਼ਰਮਾ, ਰਜਨੀ ਸ਼ਰਮਾ, ਗੈਰੀ ਚੀਟ, ਮੰਜੂ ਰਾਣਾ, ਅਨੰਦਾ ਸ਼ਰਮਾ, ਚਾਂਦ ਸ਼ਰਮਾ ਅਤੇ ਸੀਮਾ ਦੇਵੀ ਸਮੇਤ ਹੁਜ਼ਿਆਰਪੁਰ, ਉਨਾ, ਬਾਬਾ ਡੇਰਾ, ਨੰਗਲ, ਬੁਧਮਪੁਰ, ਗੰਗਵਾਲ ਅਤੇ ਮੋਹਾਲੀ ਤੋਂ ਲਗਭਗ 90 ਸ਼ਰਧਾਲੂ ਮੌਜੂਦ ਸਨ।

ਵਨੀਤ ਕੁਮਾਰ ਝੜਦੀ ਵੱਲੋਂ ਘਾਤਕ ਚਾਈਨਾ ਡੋਰ ਨਾ ਖਰੀਦਣ ਦੀ ਅਪੀਲ



ਮਾਛੀਵਾੜਾ ਸਾਹਿਬ, 5 ਫਰਵਰੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਉਰੋ - ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਬਸੰਤ ਪੰਚਮੀ ਦਾ ਤਿਉਹਾਰ ਨੇੜੇ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ ਉਦੋਂ ਉਦੋਂ ਹੀ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਪਤੰਗਬਾਜ਼ੀ ਕਰਨ ਲਈ ਪਤੰਗ ਅਤੇ ਡੋਰ ਖਰੀਦਣ ਦਾ ਤਰ੍ਹਾਣ ਤੇਜ਼ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਪਰ ਪਤੰਗਬਾਜ਼ੀ ਕਰਨ ਲਈ ਖਰੀਦਣਾ ਚਾਈਨਾ ਡੋਰ ਦੀ ਵਿਕਰੀ ਵੀ ਤਰੀਕ ਫੁੱਫ ਪੜਲੋ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਮਾਛੀਵਾੜਾ ਸਾਹਿਬ ਤੋਂ ਕਾਂਗਰਸ ਦੇ ਬਲਾਕ ਮੀਡੀਆ ਇਚਾਰਜ ਵਨੀਤ ਕੁਮਾਰ ਝੜਦੀ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬਸੰਤ

ਸਵ: ਦਿਲਸ਼ਾਦ ਅਖਤਰ ਯਾਦਗਾਰੀ ਮੇਲਾ ਅਮਿੱਟ ਯਾਦਾਂ ਛੱਡਦਾ ਸਮਾਪਤ ਹੋਇਆ



ਮਾਛੀਵਾੜਾ ਸਾਹਿਬ, 5 ਫਰਵਰੀ - ਜਤਿੰਦਰ ਕੁਮਾਰ ਝੜਦੀ - ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਉਰੋ - ਗੁਰਦਿਲ ਆਰਟ ਕਲੱਬ ਮਾਛੀਵਾੜਾ ਸਾਹਿਬ ਵੱਲੋਂ ਮਹਰੂਮ ਗਾਇਕ ਦਿਲਸ਼ਾਦ ਅਖਤਰ ਦੀ ਯਾਦ ਵਿੱਚ ਹਰ ਸਾਲ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ 19ਵਾਂ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਮੇਲਾ ਸਥਾਨਕ ਦੁਸ਼ਹਿਰਾ ਗਰਾਉਂਡ ਵਿੱਚ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ। ਕਲੱਬ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਗਾਇਕ ਗੁਰਦੇਵ ਸੰਧੂ ਨੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸਵਰੋ 11 ਵਜੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਏ ਹਰਸੰਭਿਆਚਾਰਕ ਮੇਲੇ ਵਿੱਚ ਗਾਇਕ ਰਮਜੀਤ ਮਾਂਗਟ, ਲਾਡੀ ਧਾਲੀਵਾਲ, ਰਾਜਨ ਗਿੱਲ, ਆਤਮਾ ਸਿੰਘ ਬੁੱਢੇਵਾਲੀਆ, ਵਾਹਿਦ ਅਖਤਰ, ਜੱਸੀ ਪੱਟਲਾ, ਰਮਨ ਬਾਵਾ, ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਵਿੱਕੀ, ਜਸਪ੍ਰੀਤ, ਮਿਸ ਪ੍ਰੀਤੀ, ਗੁਰਨ ਬਰਾੜ, ਬਲਵਿੰਦਰ ਬੱਬੀ, ਕੌਰ ਪੁੰਨਾ ਤੇ ਰਜਨੀ ਸਾਗਰ ਨੇ ਚੰਗਾ ਰੰਗ ਪੇਸ਼ਿਆ। ਇਸ ਵਾਰ ਦਾ ਦਿਲਸ਼ਾਦ ਅਖਤਰ ਯਾਦਗਾਰੀ ਅਖਤਰ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਗਾਇਕਾ ਜੈਸਮੀਨ ਅਮਰਤ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਜੈਸਮੀਨ ਗਾਇਕੀ ਨਾਲ ਦੇਰ ਗਾਤ ਤੱਕ ਸੰਗੀਤਾਂ ਨੂੰ ਕੀਲੀ ਰੱਖਿਆ। ਇਸ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਮੇਲੇ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਫਿਲਮਾਂ ਦੇ ਅਦਾਕਾਰ ਹੋਬੀ ਧਾਲੀਵਾਲ ਵੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼







# ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ ਕਰਦੇ ਨਾਰੀਅਲ ਦਾ ਤੇਲ, ਹੋਣਗੇ ਹੋਰ ਵੀ ਕਈ ਬੇਮਿਸਾਲ ਫਾਇਦੇ

ਜਲੰਧਰ - ਨਾਰੀਅਲ ਦੇ ਤੇਲ ਨੂੰ ਕੁਦਰਤੀ ਅੰਧਾਈ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲੋਕ ਚਿਹਰੇ ਅਤੇ ਵਾਲਾਂ ਲਈ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਨਾਰੀਅਲ ਦੇ ਤੇਲ 'ਚ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਗੁਣ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਤੇਲ ਸਕਿਨ ਅਤੇ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਕੁਦਰਤੀ ਰੂਪ 'ਚ ਮੁਲਾਇਮ ਅਤੇ ਚਮਕੀਲਾ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਚਮਕੀਲੇ ਨੂੰ ਮਾਸਚਰਾਇਜ਼ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਵਾਲਾਂ ਦੀ ਕੰਡੀਸ਼ਨਿੰਗ, ਨਾਰੀਅਲ ਦਾ ਤੇਲ ਸਭ ਤੋਂ ਚੰਗਾ ਵਿਕਲਪ ਹੈ। ਇਹ ਤੇਲ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਛੋਟਾ ਵਿਖਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਨਾਰੀਅਲ ਦਾ ਤੇਲ ਸਾਨੂੰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾ ਕੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।



ਨਾਰੀਅਲ ਦਾ ਤੇਲ ਸਾਨੂੰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾ ਕੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੇਲ ਤੋਂ ਚੰਗਾ ਵਿਕਲਪ ਹੈ। ਇਹ ਤੇਲ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਛੋਟਾ ਵਿਖਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਨਾਰੀਅਲ ਦਾ ਤੇਲ ਸਾਨੂੰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾ ਕੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

1. **ਦਿਮਾਗੀ ਵਿਕਾਸ**  
ਨਾਰੀਅਲ ਦੇ ਤੇਲ 'ਚ ਫੈਟੀ ਐਸਿਡ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਸਰੀਰ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗ ਲਈ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਸਾਬਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਰਦੀਆਂ ਦੇ ਮੌਸਮ 'ਚ ਇਸ ਤੇਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਦਿਮਾਗ ਤੇਜ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਨਾਰੀਅਲ ਦੇ ਤੇਲ 'ਚ

ਖਾਣਾ ਪਕਾ ਕੇ ਖਾਓ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਫਾਇਦਾ ਹੋਵੇਗਾ।

## ਇਸ ਖੋਜ ਦੇ ਬਾਅਦ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਲੈਣੀਆਂ ਪੈਣਗੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ



ਤਕ ਘੱਟ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅਗਲੇ ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਤਕ ਇਹ ਦਵਾਈ ਇਸ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ 'ਚ ਰੱਖਦੀ ਹੈ। ਮਾਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ 18 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇਸ ਸੂਈ ਨੂੰ ਸਾਰੀਆਂ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀਆਂ ਮਿਲ ਜਾਣਗੀਆਂ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ

ਬਾਜ਼ਾਰ 'ਚ ਲਿਆਇਆ ਜਾ ਸਕੇਗਾ। ਹੁਣ ਵਿਗਿਆਨਕ ਸਾਲ 'ਚ ਸਰਵ ਵਿਕ ਵਾਰ ਲਈ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਦੀ ਖੋਜ 'ਚ ਲੱਗੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਇੰਮਿਊਨੋਲੋਜੀਕਲ ਕਾਲਜ ਆਫ ਲੰਡਨ ਦੇ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਅਤੇ ਮੁਖ ਖੋਜਕਾਰ ਕੋਲਿਨ ਰੇ ਨੇ ਕਿਹਾ ਇਹ ਸੂਈ ਸਭ ਕੁਝ ਬਦਲਣ ਵਾਲੀ ਹੈ। ਮਰੀਜ਼ ਦਵਾਖਾਨੇ ਦੀ ਲੰਡਨ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ। ਸਗੋਂ ਸਾਲ 'ਚ ਦੋ ਸੂਈਆਂ ਲਗਾਉਣ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਲੋਸਟੋਲ ਕੰਟਰੋਲ 'ਚ ਰਹੇਗਾ। ਸਾਲ 'ਚ ਦੋ ਵਾਰ ਲੈਣੀ ਹੋਵੇਗੀ ਸੂਈ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਦਵਾ

ਕੋਲੋਸਟੋਲ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ 'ਚ ਰੱਖਣ ਦੇ ਲਈ ਸੂਈ ਦੇ ਰਾਹੀਂ ਇੰਕਲੀਸਿਰਾਨ ਨਾਮ ਨਾ ਦੀ ਦਵਾ ਨੂੰ ਸਾਲ 'ਚ ਦੋ ਵਾਰ ਦੇਣ ਨਾਲ ਹੀ ਬੇਡ ਕੋਲੋਸਟੋਲ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਸਰੀਰ 'ਚ ਘੱਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਇਸ ਸੂਈ ਨਾਲ ਦਵਾਈ ਦਾ ਟੈਸਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਇਕ ਸੂਈ ਲੈਣ ਦੇ ਦੋ ਹਫ਼ਤੇ ਬਾਅਦ ਸ਼ਰੀਰ 'ਚ ਕੋਲੋਸਟੋਲ ਦੀ ਮਾਤਰਾ 50 ਫੀਸਦੀ

ਝੁੱਕ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਚਾਰ ਵਾਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਸੁਆਦ 'ਚ ਮਿੱਠੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਚਾਰ ਵਾਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਮੁਲੰਨੀ ਸਿਰਫ ਪੇਟ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਹੀ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਸਗੋਂ ਇਹ ਅਲਾਸਰ ਲਈ ਵੀ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੈ। ਅਸਲੀ ਮੁਲੰਨੀ ਅੰਦਰ ਤੋਂ ਪੀਲੀ, ਰੋਸ਼ੇਦਾਰ ਅਤੇ ਹਲਕੀ ਸੁਗੰਧ ਵਾਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਮੁਲੰਨੀ ਦੇ ਸੁੱਕਣ 'ਤੇ ਇਸਦਾ ਸਾ ਵਾਦ ਐਸੀਟਿਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮੁਲੰਨੀ ਮਿੱਠੀ ਅਤੇ ਠੰਡੀ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਖੰਘ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਲਾਭਕਾਰੀ ਹੈ। ਇਸ 'ਚ 50 ਫੀਸਦੀ ਪਾਣੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

## ਸੁੱਕੀ ਖੰਘ ਤੋਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਲੋਕ ਕਰਨ ਮੁਲੰਨੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਹੋਣਗੇ ਹੋਰ ਵੀ ਕਈ ਫਾਇਦੇ

ਜਲੰਧਰ - ਮੁਲੰਨੀ ਬਹੁਤ ਹੀ ਗੁਣਕਾਰੀ ਜੜੀ-ਬੂਟੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਸੁਆਦ 'ਚ ਮਿੱਠੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਚਾਰ ਵਾਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਮੁਲੰਨੀ ਸਿਰਫ ਪੇਟ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਹੀ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਸਗੋਂ ਇਹ ਅਲਾਸਰ ਲਈ ਵੀ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੈ। ਅਸਲੀ ਮੁਲੰਨੀ ਅੰਦਰ ਤੋਂ ਪੀਲੀ, ਰੋਸ਼ੇਦਾਰ ਅਤੇ ਹਲਕੀ ਸੁਗੰਧ ਵਾਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਮੁਲੰਨੀ ਦੇ ਸੁੱਕਣ 'ਤੇ ਇਸਦਾ ਸਾ ਵਾਦ ਐਸੀਟਿਕ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਮੁਲੰਨੀ ਮਿੱਠੀ ਅਤੇ ਠੰਡੀ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਖੰਘ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਲਾਭਕਾਰੀ ਹੈ। ਇਸ 'ਚ 50 ਫੀਸਦੀ ਪਾਣੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਨਾਲ-ਨਾਲ ਮੁਹਾਸਿਆਂ ਦੇ ਝੁੱਝ ਤੇ ਜਿੰਦੀ ਦਾਗ ਕਪੂਰ ਮਿਲਾ ਕੇ ਲਾਉਣ ਨਾਲ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

- ਖਾਜ-ਖੁਜਲੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਖਾਜ-ਖੁਜਲੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਣ 'ਤੇ ਨਾਰੀਅਲ ਦੇ ਤੇਲ ਦੀ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਚਮੜੀ 'ਚ ਨਮੀ ਬਣੀ ਰਹੇਗੀ ਅਤੇ ਖੁਰਕ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ। ਚੀਨੀ 'ਚ ਨਾਰੀਅਲ ਦੇ ਤੇਲ ਦੀਆਂ ਕੁਝ ਖੁੰਦਾਂ ਮਿਲਾ ਕੇ ਸਕਰਬ ਵਾਂਗ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ 'ਤੇ ਡੈਡ ਸਕਿਨ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦੂਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਖੁੱਖ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰੋ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਖੁੱਖ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਨਾਰੀਅਲ ਦੇ ਤੇਲ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰੋ। ਨਾਰੀਅਲ ਦੇ ਤੇਲ 'ਚ ਕਾਰਬੋਹਾਈਡ੍ਰੇਟ ਅਤੇ ਕੈਲਸ਼ੀ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਕਾਫੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਖੁੱਖ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ 'ਚ ਰੱਖਦੇ ਹਨ।
- ਸੁਗਰ ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ ਲਈ ਨਾਰੀਅਲ ਦਾ ਤੇਲ ਕਾਫੀ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੈ। ਨਾਰੀਅਲ ਦਾ ਤੇਲ ਸਰੀਰ 'ਚ ਇੰਜ਼ੁਲਿਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਵਧਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ 'ਚ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।
- ਜ਼ੋਜ਼ਾਂ ਦਾ ਦਰਦ ਨਾਰੀਅਲ ਦੇ ਤੇਲ 'ਚ ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਜੋੜੀਆਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਤੱਤ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਦਰਦ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਤਣਾਅ ਦੂਰ ਕਰੋ ਤਣਾਅ ਅੰਜਕਲ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਬਣ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਤਣਾਅ 'ਚ ਲੱਘ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਨਪਟੀਆਂ ਅਤੇ ਮੱਥੇ 'ਤੇ ਹਲਕੇ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਨਾਰੀਅਲ ਤੇਲ ਦੀ ਮਾਲਿਸ਼ ਕਰੋ। ਇਸ ਨਾਲ ਸਿਰਦਰਦ ਅਤੇ ਤਣਾਅ ਤੁਰੰਤ ਗਾਇਬ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਭਾਰ ਘਟਾਓ ਨਾਰੀਅਲ ਤੇਲ 'ਚ ਫੈਟ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਨਾਰੀਅਲ ਤੇਲ ਯੁਕਤ ਭੋਜਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੀ ਚੁਸਤੀ-ਫੁਰਤੀ ਵਧਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਭਾਰ ਵੀ ਕੰਟਰੋਲ 'ਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।
- ਭਾਰ ਘਟਾਓ ਨਾਰੀਅਲ ਤੇਲ 'ਚ ਫੈਟ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਨਾਰੀਅਲ ਤੇਲ ਯੁਕਤ ਭੋਜਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੀ ਚੁਸਤੀ-ਫੁਰਤੀ ਵਧਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਭਾਰ ਵੀ ਕੰਟਰੋਲ 'ਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।
- ਭਾਰ ਘਟਾਓ ਨਾਰੀਅਲ ਤੇਲ 'ਚ ਫੈਟ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਨਾਰੀਅਲ ਤੇਲ ਯੁਕਤ ਭੋਜਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੀ ਚੁਸਤੀ-ਫੁਰਤੀ ਵਧਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਭਾਰ ਵੀ ਕੰਟਰੋਲ 'ਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

## ਕੌਸਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ 'ਜੰਕ ਫੀਊਡ' ਅਤੇ ਜੀਨ 'ਚ ਤਬਦੀਲੀ



ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ-ਇਕ ਹੀ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਇਕੋ ਜਿਹਾ ਆਹਾਰ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕੌਸਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਦਕਿ ਦੂਸਰੇ ਨੂੰ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਜਾਣਨ ਲਈ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਜੋ ਖੋਜ ਕੀਤੀ, ਉਸ 'ਚ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ 'ਚ ਕੌਸਰ ਦੇ ਵਧਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਉਸ ਦੇ ਜੀਨ 'ਚ ਤਬਦੀਲੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਡੀ ਐੱਨ. ਏ. ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ 'ਜੰਕ ਫੀਊਡ' ਦੇ ਰੂਪ 'ਚ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਖੋਜ 'ਚ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ 'ਚ ਕੌਸਰ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਜੀਨ ਕਰ ਕੇ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਜੀਨਸ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਡੀ ਐੱਨ. ਏ. 'ਚ ਹੋਈ ਤਬਦੀਲੀ ਤੋਂ ਇਸ ਬੀਮਾਰੀ ਦੀ ਗੰਭੀਰਤਾ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਮਤਲਬ ਡੀ ਐੱਨ. ਏ. 'ਚ ਹੋਈ ਤਬਦੀਲੀ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਇਹ ਬੀਮਾਰੀ ਹੋਰ ਘਾਤਕ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਘੱਟ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਖੋਜੀ ਜਾਨ ਕਵਾਰਕੋਨੋਬਲ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇਸ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਹੋਰਾਨ ਹਾਂ ਕਿ ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਜੈਨੋਟਿਕ ਬਦਲਾਅ ਕੌਸਰ ਦਾ ਜੋਖਮ ਉਠਾਉਣ ਵਾਲੇ ਜੀਨਸ 'ਤੇ ਕਿੰਨੀ ਵੱਡੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਸਾਨੂੰ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਖੋਜ ਅੱਗੇ ਚੱਲ ਕੇ ਕੌਸਰ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮੌਤਾਂ ਦੇ ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ 'ਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ।

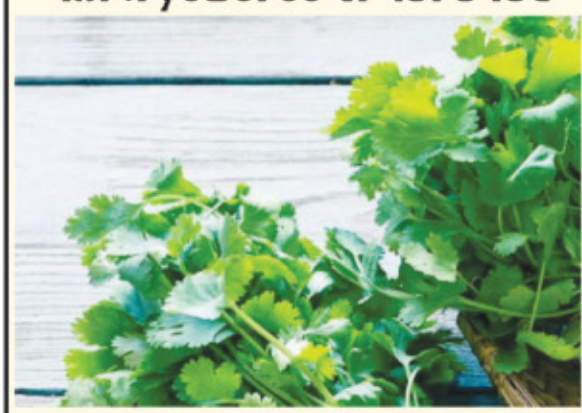
ਨਾਨ ਕੋਲੋਗ ਡੀ ਐੱਨ. ਏ. ਸਟ੍ਰੈਚੇਜ 'ਚ 846 ਜੈਨੋਟਿਕ ਬਦਲਾਅ ਇਸ ਗਿਰਦ ਦੌਰਾਨ ਖੋਜੀਆਂ ਨੇ ਨਾਨ-ਕੋਲੋਗ ਡੀ ਐੱਨ. ਏ. ਸਟ੍ਰੈਚੇਜ 'ਚ 846 ਜੈਨੋਟਿਕ ਬਦਲਾਅ ਦੇਖੇ। ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਈਆਂ ਖੋਜਾਂ 'ਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਨੂੰ ਕੌਸਰ ਦੇ ਗਿਰਦ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਖੋਜ ਟੀਮ ਨੇ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਕਿ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤਬਦੀਲੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਸਿੰਗਲ ਨਿਊਕਲਿਓਟਾਈਡ ਪਾਲੀਮੋਰਫਿਜ਼ਮ ਅਤੇ ਕੁਝ ਖਾਸ ਜੀਨਸ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੋਰਿਲੇਸ਼ਨ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਸ਼ੇ 'ਤੇ ਅਜੇ ਅੱਗੇ ਹੋਰ ਖੋਜ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀ ਹੈ। ਇਹ ਖੋਜ ਹੁਣੇ ਜਿਹੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਜਨਰਲ ਆਫ ਕੌਸਰ 'ਚ ਛਪੀ ਹੈ।

## ਪੋਹਾ ਖਾਣ ਨਾਲ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਘਟੇਗਾ ਭਾਰ, ਮਿਲਣਗੇ ਹੋਰ ਵੀ ਕਈ ਫਾਇਦੇ



ਜਲੰਧਰ-ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਸਵੇਰੇ ਨਾਸ਼ਤੇ 'ਚ ਪੋਹਾ ਖਾਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ ਕਿ ਸਵੇਰੇ ਨਾਸ਼ਤੇ 'ਚ ਪੋਹਾ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਪੋਹਾ ਸਿਹਤ ਸੁਆਦਿਸ਼ਟ ਹੀ ਨਹੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਵੀ ਕਾਫੀ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੈ। ਜੀ ਹਾਂ ਪੋਹਾ ਸੁਆਦ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਭਾਰ ਘਟਾਉਣ 'ਚ ਵੀ ਕਾਫੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉੱਚਰ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸੁਗਰ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਵੀ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੈ। ਚੱਲੋ ਅੱਜ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੋਹਾ ਖਾਣ ਦੇ ਕੁਝ ਅਜਿਹੇ ਫਾਇਦੇ ਦੱਸਦੇ ਹਾਂ ਜਿਸ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਦੇ ਬਾਅਦ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਵੀ ਇਸ ਨੂੰ ਖਾਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਓ। ਚੱਲੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਬੁਕਵਾਸਟ 'ਚ ਪੋਹਾ ਖਾਣ ਦੇ ਕੁਝ ਜ਼ਰੂਰਤਸ਼ ਫਾਇਦੇ...

## ਸੁਗਰ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੈ ਧਨੀਆ, ਹੋਣਗੇ ਹੋਰ ਵੀ ਕਈ ਫਾਇਦੇ



ਜਲੰਧਰ - ਧਨੀਆ ਹਰ ਸਬਜ਼ੀ ਦਾ ਸੁਆਦ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਦੇ ਬਿਨਾਂ ਸਬਜ਼ੀ ਦਾ ਸੁਆਦ ਢਿੱਕਾ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਧਨੀਏ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਚਟਨੀ ਅਤੇ ਸਬਜ਼ੀ ਨੂੰ ਗਾਰਨਿਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਧਨੀਏ ਦੀਆਂ ਪੱਤੀਆਂ 'ਚ ਵਿਟਾਮਿਨ-ਸੀ, ਕੇ, ਪ੍ਰੋਟੀਨ, ਪੋਟੈਸ਼ੀਅਮ, ਪੌਣੀਓਸਿਅਮ, ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ ਅਤੇ ਮੈਗਨੀਸ਼ੀਅਮ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਸਰਦੀਆਂ 'ਚ ਹਰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਰਸੋਈ 'ਚ ਪਕਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਪਕਵਾਨਾਂ 'ਚ ਹਰ ਧਨੀਏ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜ਼ਰੂਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅੱਜ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਧਨੀਏ ਦੇ ਫਾਇਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਰਹੇ ਹਾਂ...

- ਪਾਚਨ ਸ਼ਕਤੀ ਵਧਾਏ**  
ਹਰਾ ਧਨੀਆ ਪੇਟ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਦਿਵਾਉਣ 'ਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪਾਚਨ ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਧਨੀਏ ਦੇ ਤਾਜ਼ੇ ਪੇਟਿਆਂ ਨੂੰ ਲੱਸੀ 'ਚ ਮਿਲਾ ਕੇ ਪੀਣ ਨਾਲ ਬਦਹਜ਼ਮੀ, ਉਲਟੀ ਅਤੇ ਪੇਚਿਸ਼ ਤੋਂ ਆਰਾਮ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਹਰਾ ਧਨੀਆ, ਹਰੀ ਮਿਰਚ, ਕਸਿਆ ਹੋਇਆ ਨਾਰੀਅਲ ਅਤੇ ਅਦਰਕ ਦੀ ਚਟਨੀ ਬਣਾ ਕੇ ਖਾਣ ਨਾਲ ਪੇਟ 'ਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਦਰਦ ਤੋਂ ਵੀ ਆਰਾਮ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਪੇਟ 'ਚ ਦਰਦ ਹੋਣ ਨਾਲ ਔਧਾ ਗਲਾਸ ਪਾਣੀ 'ਚ ਦੋ ਚੈਮਚ ਧਨੀਆ ਪਾਊਡਰ ਮਿਲਾ ਕੇ ਪੀਣ ਨਾਲ ਪੇਟ ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।
- ਕੋਲੋਸਟਰੋਲ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਦਾ ਹੈ**  
ਹਰੇ ਧਨੀਏ 'ਚ ਅਜਿਹੇ ਤੱਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਸਰੀਰ 'ਚ ਕੋਲੋਸਟਰੋਲ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ 'ਚ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਧਨੀਏ ਦੇ ਬੀਜਾਂ 'ਚ ਕੋਲੋਸਟਰੋਲ ਨੂੰ ਮੈਨਟੇਨ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਤੱਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਹਾਈ ਕੋਲੋਸਟਰੋਲ ਨਾਲ ਗੁਜ਼ਰੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਧਨੀਏ ਦੇ ਬੀਜਾਂ ਨੂੰ ਉਥਲ ਕੇ ਉਸ ਦਾ ਪਾਣੀ ਪਾਣੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼**  
ਧਨੀਏ ਨੂੰ ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼ ਦਾ ਨਾਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਤਾਂ ਇਹ ਵਰਦਾਨ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਨਿਯਮਿਤ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਬਲੱਡ 'ਚ ਇੰਜ਼ੁਲਿਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਕੰਟਰੋਲ 'ਚ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਧਨੀਆ ਪਾਊਡਰ, ਬਾਡੀ 'ਚ ਸੁਗਰ ਦਾ ਲੇਵਲ ਘੱਟ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇੰਜ਼ੁਲਿਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ 'ਚ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਕਿਡਨੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ**  
ਧਨੀਆ ਖਾਣ ਨਾਲ ਕਿਡਨੀ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਧਨੀਏ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਡਨੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨਾ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਕਿਡਨੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਧਨੀਏ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਅਨੀਮਿਆ ਦੂਰ ਕਰੋ**  
ਧਨੀਏ 'ਚ ਆਇਰਨ ਭਰਪੂਰ ਮਾਤਰਾ 'ਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਨਿਯਮਿਤ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਅਨੀਮਿਆ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ 'ਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਨਾਲ ਹੀ ਐਂਟੀ-ਆਕਸੀਡੈਂਟ, ਮਿਨਰਲ, ਵਿਟਾਮਿਨ ਏ ਅਤੇ ਸੀ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਧਨੀਆ ਕੌਸਰ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਵਧਾਏ**  
ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਹਰੇ ਧਨੀਏ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ 'ਚ ਵਾਧਾ ਹੋਵੇਗਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਹਰੇ ਧਨੀਏ 'ਚ ਵਿਟਾਮਿਨ ਏ ਭਰਪੂਰ ਮਾਤਰਾ 'ਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਅੱਖਾਂ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

## ਭਾਰ ਘੱਟ ਕਰਨ 'ਚ ਲਾਹੇਵੰਦ ਹੁੰਦੇ ਨੇ ਮੇਥੀ ਦੇ ਦਾਣੇ, ਹੋਰ ਵੀ ਜਾਣੋ ਬੇਮਿਸਾਲ ਫਾਇਦੇ



ਜਲੰਧਰ - ਖਾਣਾ ਬਣਾਉਣ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ 'ਚ ਅਕਸਰ ਮੇਥੀ ਦੇ ਦਾਣੇ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਮੇਥੀ 'ਚ ਪ੍ਰੋਟੀਨ, ਵਿਟਾਮਿਨ, ਕੈਲਸ਼ੀਅਮ ਵਰਗੇ ਕਈ ਤੱਤ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਸਰੀਰ ਲਈ ਬੇਹੱਦ ਲਾਭਕਾਰੀ ਸਾਬਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਸੇਵਨ ਨਾਲ ਡਾਇਬੀਟੀਜ਼, ਹਾਈ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਅਤੇ ਪੇਟ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਕਈ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਸ 'ਚ ਪਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਪੋਸ਼ਟਿਕ ਤੱਤਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਇਹ ਸਕਿਨ ਅਤੇ ਵਾਲਾਂ 'ਚ ਵੀ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਸਾਬਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅੱਜ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੇਥੀ ਦੇ ਦਾਣੇ ਖਾਣ ਦੇ ਫਾਇਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਹੀ ਦੱਸਣਾ ਜਾ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਆਉਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਫਾਇਦਿਆਂ ਬਾਰੇ।

## ਕਾਲੀ ਇਲਾਇਚੀ ਖਾਣ ਨਾਲ ਦੂਰ ਹੁੰਦਾ ਸਿਰ ਦਰਦ, ਹੋਣਗੇ ਹੋਰ ਵੀ ਕਈ ਫਾਇਦੇ



ਜਲੰਧਰ - ਵੱਡੀ ਇਲਾਇਚੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹਰ ਘਰ 'ਚ ਮਸਾਲਿਆਂ ਦੇ ਰੂਪ 'ਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਲਾਇਚੀ ਖਾਣੇ ਦਾ ਸੁਆਦ ਵਧਾਉਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਕਈ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਦੂਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਵੱਡੀ ਇਲਾਇਚੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਲੋਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਚਾਹ ਲਈ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਵੱਡੀ ਇਲਾਇਚੀ ਚਮੜੀ ਅਤੇ ਵਾਲਾਂ ਦੀਆਂ ਕਈ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਤੋਂ ਨਿਜ਼ਾਤ ਦਿਵਾਉਣ 'ਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਅੱਧੌਧੀ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਇਲਾਇਚੀ ਕੌਸਰ ਤੋਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਵਰਗੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

- ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ**  
1 ਵੱਡੀ ਇਲਾਇਚੀ ਖਾਣ ਨਾਲ ਸਿਰਦਰਦ ਅਤੇ ਬਕਾਵਟ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਪੀਸ ਕੇ ਸ਼ਿਰਦ ਵਿਚ ਮਿਕਸ ਕਰ ਲਵੋ। ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਘਬਰਾਹਟ, ਸਿਰਦਰਦ ਅਤੇ ਬਕਾਵਟ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਇਹ ਪਾਣੇ ਨਾਲ ਦੰਦਾਂ, ਸ਼ਹ ਦੇ ਬਦਬੂ ਅਤੇ ਮੁਸ਼ਕੀਆਂ ਦੀ ਇਨਕੋਬਸ਼ਨ ਤੋਂ ਵੀ ਛੁਟਕਾਰਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।
- ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ**  
ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਵੱਡੀ ਇਲਾਇਚੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਯੂਰਿਨਰੀ ਹੋਲਦ ਲਈ ਕਾਫੀ ਚੰਗਾ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਅਤੇ ਗੁਰਦੇ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਗਲੈਂਡਰ ਚਮੜੀ**  
ਵੱਡੀ ਇਲਾਇਚੀ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ ਲਈ ਬਹੁਤ ਹੀ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਖਾਣ ਨਾਲ ਚਮੜੀ ਦਾ ਗਲੈਂਡ ਵਧਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਇਸ ਨੂੰ ਖਾਣ

ਮੁਸ਼ਬੂਤ ਕਰੋ ਵਾਲ  
2 ਚਮਚ ਮੇਥੀ ਦੇ ਦਾਣਿਆਂ 'ਚ 1-1 ਚਮਚ ਨਿੱਬੂ ਦਾ ਰਸ ਅਤੇ ਨਾਰੀਅਲ ਦਾ ਦੁੱਧ ਮਿਲਾ ਕੇ ਤਿਆਰ ਕਰੋ। ਫਿਰ ਇਸ ਨੂੰ 30 ਮਿੰਟ ਵਾਲਾ 'ਤੇ ਲਗਾਓ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਲ ਵਾਲਾਂ ਦੀ ਸਿਕਰੀ ਦੂਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਵਾਲ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਵਾਲ ਚਮਕਦਾਰ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਹਾਈ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਕਰ ਕੰਟਰੋਲ  
ਮੇਥੀ ਦੇ ਦਾਣੇ ਖਾਣ ਨਾਲ ਹਾਈ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਵੀ ਕੰਟਰੋਲ 'ਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵੱਧਦੇ ਕੋਲੋਸਟਰੋਲ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ 'ਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਮੇਥੀ ਦੇ ਦਾਣੇ ਕੋਲੋਸਟਰੋਲ ਨੂੰ ਵਧਾ ਕੇ ਖਰਾਬ ਕੋਲੋਸਟਰੋਲ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਹਾਈ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

ਪੀਰੀਅਡ ਦੌਰਾਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਸਮੱਸਿਆ  
ਮੇਥੀ ਦੇ ਦਾਣੇ ਪੀਰੀਅਡ ਦੌਰਾਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਸਮੱਸਿਆ ਤੋਂ ਵੀ ਰਾਹਤ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪੇਟ ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਦਿਵਾਉਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸਿਰ ਦਰਦ ਅਤੇ ਬਕਾਵਟ ਨੂੰ ਵੀ ਦੂਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪੀਰੀਅਡ ਆਉਣ ਦੇ ਦਿਨਾਂ 'ਚ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਮੇਥੀ ਦੇ ਦਾਣੇ ਖਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਸੁਗਰ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਲਾਹੇਵੰਦ  
ਮੇਥੀ ਦੇ ਦਾਣੇ ਸੁਗਰ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਵੀ ਕਾਫੀ ਲਾਹੇਵੰਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਇਕ ਚਮਚ ਮੇਥੀ ਦੇ ਪਾਊਡਰ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਪੀਣ ਕਾਰਨ ਸੁਗਰ ਕੰਟਰੋਲ 'ਚ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਭਾਰ ਨੂੰ ਚੰਘ ਕੰਟਰੋਲ  
ਮੇਥੀ ਦੇ ਦਾਣੇ ਭਾਰ ਘੱਟ ਕਰਨ 'ਚ ਵੀ ਲਾਹੇਵੰਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਭਾਰ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ 'ਚ ਰੱਖਣ ਲਈ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਮੇਥੀ ਦੇ ਦਾਣੇ ਖਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਸਕਿਨ ਲਈ ਲਾਹੇਵੰਦ  
ਮੇਥੀ ਨੂੰ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਲਗਾਉਣ ਨਾਲ ਸਕਿਨ ਸਬੰਧੀ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਕਈ ਸਮੱਸਿਆ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਰਾਤ ਭਾਰ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਰੱਖਣ ਨਾਲ ਮੇਥੀ ਦੇ ਦਾਣਿਆਂ ਦਾ ਪੇਸਟ ਬਣਾ ਕੇ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਲਗਾਉਣ ਨਾਲ ਮੂੰਹ ਦੇ ਕਿਲਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

ਭਾਰ ਘਟਾਓ  
ਮੇਥੀ ਦੇ ਦਾਣੇ ਭਾਰ ਘੱਟ ਕਰਨ 'ਚ ਵੀ ਲਾਹੇਵੰਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਭਾਰ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ 'ਚ ਰੱਖਣ ਲਈ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਮੇਥੀ ਦੇ ਦਾਣੇ ਖਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਜਲੰਧਰ-ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਦੁੱਝੜੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਇਸ 'ਚ ਸੋਇਆਬੀਨ, ਸੁੱਕੇ ਮੱਥੇ ਅਤੇ ਆਂਡਾ ਮਿਲਾ ਕੇ ਖਾਧਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਵਿਟਾਮਿਨ ਦੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਵੀ ਮਿਲੇਗਾ।

ਖੁੱਖ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕੰਟਰੋਲ  
ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੈ। ਜੀ ਹਾਂ ਪੋਹਾ ਸੁਆਦ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਭਾਰ ਘਟਾਉਣ 'ਚ ਵੀ ਕਾਫੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉੱਚਰ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸੁਗਰ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਵੀ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੈ। ਚੱਲੋ ਅੱਜ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੋਹਾ ਖਾਣ ਦੇ ਕੁਝ ਅਜਿਹੇ ਫਾਇਦੇ ਦੱਸਦੇ ਹਾਂ ਜਿਸ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਦੇ ਬਾਅਦ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਵੀ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਵੀ ਇਸ ਨੂੰ ਖਾਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਓ। ਚੱਲੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਬੁਕਵਾਸਟ 'ਚ ਪੋਹਾ ਖਾਣ ਦੇ ਕੁਝ ਜ਼ਰੂਰਤਸ਼ ਫਾਇਦੇ...

ਸੁਗਰ 'ਚ ਫਾਇਦੇਮੰਦ  
ਪੋਹਾ ਖਾਣ ਨਾਲ ਸੁਗਰ ਰੋਗੀ ਨੂੰ ਖੁੱਖ ਘੱਟ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਨਾਰਮਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉੱਚਰ ਇਹ ਪੇਂਟ 'ਚ ਕੋਲੋਗੀ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਖਾਣ ਨਾਲ ਭਾਰ ਨਹੀਂ ਵਧਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਕੋਲੀ ਪੇਂਟ 'ਚ ਲਗਭਗ 206 ਕੋਲੋਗ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਭਾਰ ਘਟਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਪੇਂਟ 'ਚ ਆਲੂ ਅਤੇ ਮੂੰਗਫਲੀ ਦੀ ਬਜਾਏ ਪਿਆਜ਼, ਹਰੀ ਮਿਰਚ, ਟਮਾਟਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਪਾਓ।

ਪੇਂਟ ਤੋਂ ਤਾਜ਼ੇ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ  
ਪੇਂਟ ਤੋਂ ਤਾਜ਼ੇ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਦੋਸੀ ਸੁਪਰਫੂਡ ਪੋਹਾ ਇਕ ਪੋਸ਼ਟਿਕ ਭੋਜਨ ਹੈ। ਇਕ ਕੋਲੀ ਪੇਂਟ 'ਚ ਲਗਭਗ 75 ਫੀਸਦੀ ਕਾਰਬੋਹਾਈਡ੍ਰੇਟ 23 ਫੀਸਦੀ ਵਸਾ ਅਤੇ 8 ਫੀਸਦੀ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਦੇ ਇਲਾਵਾ ਆਇਰਨ ਪੇਂਟਾਸ਼ੀਅਮ, ਵਿਟਾਮਿਨ ਏ, ਸੀ ਅਤੇ ਡੀ ਭਰਪੂਰ ਮਾਤਰਾ 'ਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਐਨਰਜੀ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ  
ਐਨਰਜੀ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਸਵੇਰੇ ਦੇ ਨਾਸ਼ਤੇ 'ਚ ਪੋਹਾ ਖਾਣ ਨਾਲ ਸਰੀਰ 'ਚ ਦੁੱਧਿਕ ਦੇ ਖਾਣੇ ਤੱਕ ਐਨਰਜੀ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਪਾਚਨ ਕਿਰਿਆ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।



# ਡੀ.ਆਈ.ਜੀ. ਮਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸਿੱਧੂ ਵੱਲੋਂ ਬਸੰਤ ਪੰਚਮੀ ਦੇ ਪਵਿੱਤਰ ਦਿਹਾੜੇ 'ਤੇ ਪੁਲਿਸ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਨੂੰ ਵੱਡਾ ਤੋਹਫਾ ਪਟਿਆਲਾ ਰੇਂਜ ਦੇ 727 ਪੁਲਿਸ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਤਰੱਕੀ ਦਿੱਤੀ

**ਪਟਿਆਲਾ, 5 ਫਰਵਰੀ -** ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਪਟਿਆਲਾ ਰੇਂਜ, ਪਟਿਆਲਾ ਦੇ ਡਿਪਟੀ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਪੁਲਿਸ ਸ. ਮਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸਿੱਧੂ, ਆਈ.ਪੀ.ਐਸ. ਨੇ ਬਸੰਤ ਪੰਚਮੀ ਦੇ ਪਵਿੱਤਰ ਦਿਹਾੜੇ 'ਤੇ ਪੁਲਿਸ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਨੂੰ ਵੱਡਾ ਤੋਹਫਾ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਪਟਿਆਲਾ ਰੇਂਜ ਦੇ ਜਿ. ਡੀ. ਪਟਿਆਲਾ, ਸੰਗਰੂਰ, ਬਠਨਾਲਾ ਅਤੇ ਮਾਲੇਰਕੋਟਲਾ ਵਿਖੇ ਤਾਇਨਾਤ 727 ਪੁਲਿਸ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਤਰੱਕੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਰੱਕੀਆਂ ਦੇ ਅੱਜ ਬਸੰਤ ਪੰਚਮੀ ਦੇ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਹੁਕਮ ਜਾਰੀ ਕਰਦਿਆਂ ਡੀ.ਆਈ.ਜੀ. ਮਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸਿੱਧੂ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਅਤੇ ਡੀ.ਜੀ.ਪੀ. ਗੁਰਦੇਵ ਜਾਦਵ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਿਸ ਸੂਬੇ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਅਮਨ ਸ਼ਾਂਤੀ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਦੇ ਮੱਦੇਨਜ਼ਰ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ



ਹੌਲਦਾਰ ਤੋਂ ਸਹਾਇਕ ਬਾਣੇਦਾਰ 132, ਸਿਪਾਹੀ ਤੋਂ ਹੌਲਦਾਰ 572 ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਡੀ.ਆਈ.ਜੀ. ਮਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸਿੱਧੂ ਨੇ ਤਰੱਕੀਆਂ ਹੋਏ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਮੁਬਾਰਕਬਾਦ ਦਿੱਤੀ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ੁੱਭ ਇੱਛਾਵਾਂ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਸ. ਸਿੰਧੂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਉਮੀਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਹ ਤਰੱਕੀਆਂ ਕਰਮਚਾਰੀ ਤਨਦੇਹੀ ਨਾਲ ਸਥਾਪਤ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਲੋਕ ਹਿੱਤ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨਗੇ।

ਜਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਡੀ.ਆਈ.ਜੀ. ਸਿੰਧੂ ਨੇ ਨਵੀਆਂ ਪੇਂਡਾਂ ਪਾਈਆਂ ਹਨ, ਨਵੇਂ ਮਾਲ ਦੇ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਤੋਂ ਤਰੱਕੀਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਸਨ। ਪਟਿਆਲਾ ਰੇਂਜ ਦੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪਟਿਆਲਾ ਦੇ 73, ਸੰਗਰੂਰ ਦੇ 18, ਬਠਨਾਲਾ ਦੇ 10, ਮਾਲੇਰਕੋਟਲਾ ਦੇ 6 ਅਤੇ ਜਿਹੜੇ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਨੂੰ ਤਰੱਕੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ ਬਾਣੇਦਾਰ ਤੋਂ ਸਬ-ਇੰਸਪੈਕਟਰ 23,

# ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ 36 ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲਾਂ ਦਾ 7ਵਾਂ ਬੈਚ ਪੰਜ-ਰੋਜ਼ਾ ਟਰੇਨਿੰਗ ਲਈ ਭੇਜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਸਿੰਗਾਪੁਰ ਸਿੰਗਾਪੁਰ ਦੌਰੇ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਸੂਬੇ ਦੇ ਵਿਦਿਅਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ: ਹਰਜੋਤ ਸਿੰਘ ਬੈਂਸ

**ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, 5 ਫਰਵਰੀ -** ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਮੰਤਰੀ ਸ. ਹਰਜੋਤ ਸਿੰਘ ਬੈਂਸ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਮਿਆਰ ਨੂੰ ਹੋਰ ਉੱਚਾ ਚੁੱਕਣ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਨਾਲ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ 36 ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲਾਂ ਨੂੰ ਪੰਜ-ਰੋਜ਼ਾ ਸਿਖਲਾਈ ਲਈ ਸਿੰਗਾਪੁਰ ਭੇਜਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ ਡਿਵੈਲਪਮੈਂਟ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤਹਿਤ ਹੁਣ ਤੱਕ ਪੰਜਾਬ ਦੇ 198 ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਅਧਿਕਾਰੀ ਸਿੰਗਾਪੁਰ ਦੀ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲਜ਼ ਅਕੈਡਮੀ ਤੋਂ ਸਿਖਲਾਈ ਲੈ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤਹਿਤ ਹੁਣ 36 ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲਾਂ ਦਾ 7ਵਾਂ ਬੈਚ ਇਸ ਸਾਲ ਮਾਰਚ ਵਿੱਚ ਸਿੰਗਾਪੁਰ ਭੇਜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ

ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੱਧਰਾਂ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ, ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲਾਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਨੂੰ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੱਧਰ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸਟੇਟ ਕੌਂਸਲ ਆਫ਼ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨਲ ਰਿਸਰਚ ਐਂਡ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ (ਐਸ.ਸੀ.ਈ.ਆਰ.ਟੀ.) ਵਿਖੇ ਇੱਕ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਅਫੇਅਰਜ਼ ਸੈਲ (ਆਈ.ਈ.ਏ.ਸੀ.) ਸਥਾਪਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਇਸ ਟੋਨਿੰਗ ਲਈ ਯੋਗਤਾ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰਦਿਆਂ ਸਕੂਲ ਸਿੱਖਿਆ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਮੀਦਵਾਰਾਂ ਦੀ ਉਮਰ 31 ਜਨਵਰੀ, 2025 ਤੱਕ 53 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਹੀਂ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਕੋਲ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਸੱਤ ਬੱਚੇ 2025 ਤੱਕ ਵੈੱਬ ਡਾਰਟੀ ਪਾਸਪੋਰਟ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ



ਜਾਵੇਗੀ, ਜੋ ਵਿਦਿਅਕ ਯੋਗਤਾ, ਤਜਰਬੇ, ਏ.ਸੀ.ਆਰ. ਅਤੇ ਐਵਾਰਡਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਹੋਵੇਗੀ।

ਸ. ਹਰਜੋਤ ਸਿੰਘ ਬੈਂਸ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲਾਂ ਲਈ ਸਿੰਗਾਪੁਰ ਦਾ ਦੌਰਾ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵਿਆਪਕ ਸਿਖਲਾਈ ਅਨੁਭਵ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ ਅਤੇ ਵਿਦਿਅਕ ਹੁਨਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕਰਨ 'ਤੇ ਕੇਂਦਰਿਤ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਿੰਗਾਪੁਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਦੌਰੇ ਦੌਰਾਨ, ਉਹ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਰਕਸ਼ਾਪਾਂ, ਸੈਮੀਨਾਰਾਂ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣਗੇ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਿੰਗਾਪੁਰ ਦੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅਧਿਆਪਕ ਤਕਨੀਕਾਂ ਅਤੇ ਵਿਦਿਅਕ ਅਭਿਆਸਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਗੇ।

ਸੂੀ ਬੈਂਸ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਦੌਰਾ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰੰਤਰ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੇਗਾ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਹ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਨਵੀਨਤਾਕਾਰੀ ਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਨੂੰ ਅਪਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਆਪਣੇ ਤਜਰਬਿਆਂ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਕੇ ਉਹ ਸੂਬੇ ਦੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਇੱਕ ਸਹਿਯੋਗੀ ਮਾਹੌਲ ਨੂੰ ਸਿਰਜਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ। ਇਸ ਨਾਲ ਪ੍ਰਣਾਲੀਗਤ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਣਗਾ ਅਤੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰ-ਸਿਖਲਾਈ, ਉੱਚ ਪ੍ਰਗਤੀ ਅਤੇ ਅਧਿਕਾਰਤ ਤਕਨੀਕਾਂ ਅਤੇ ਵਿਦਿਅਕ ਅਭਿਆਸਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਗੇ।

# ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਸਤਿਗੁਰੂ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ 209ਵੇਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੁਰਬ ਮੌਕੇ ਰਾਜ ਪੱਧਰੀ ਸਮਾਗਮ ਆਯੋਜਿਤ

**ਲੁਧਿਆਣਾ, 5 ਫਰਵਰੀ -** ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਕੈਬਨਿਟ ਮੰਤਰੀ ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ ਖੁੱਡੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਿਆਂ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਕਿ ਨਾਮਧਾਰੀ ਸੰਪਰਦਾ ਦੇ ਸੰਸਥਾਪਕ ਸਤਿਗੁਰੂ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਆਜ਼ਾਦੀ ਸੰਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਈ ਅਤੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਸ਼ਾਸਨ ਵਿਰੁੱਧ ਨਾ ਮਿਲਵਰਤਣ ਅੰਦੋਲਨ ਨੂੰ ਹਥਿਆਰ ਵਜੋਂ ਵਰਤਿਆ ਸੀ, ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਅਤੇ ਦਰਸ਼ਨ ਨੂੰ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਸਮਾਜਿਕ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕੀਤੀ।

ਸਤਿਗੁਰੂ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ 209ਵੇਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੁਰਬ ਮੌਕੇ ਡੀ.ਜੀ. ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ ਹੋਏ ਰਾਜ ਪੱਧਰੀ ਸਮਾਗਮ ਨੂੰ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਰਦਿਆਂ ਕੈਬਨਿਟ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸਤਿਗੁਰੂ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਜੀ ਵੱਲੋਂ ਵਿਖੇ ਗਏ ਨਾ ਮਿਲਵਰਤਣ ਅੰਦੋਲਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਲੋਕ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਸਰਕਾਰ ਵਿਰੁੱਧ ਲਾਮਬੰਦ ਹੋਏ ਅਤੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਸਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ/ਸਹੂਲਤਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਨ ਦਾ ਬਾਝੀਕਟ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਤਿਗੁਰੂ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਜੀ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਚਾਰੇ ਗਏ ਆਦਰਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ



ਮਹਾਤਮਾ ਗਾਂਧੀ ਵਰਗੇ ਹੋਰ ਉੱਘੇ ਆਜ਼ਾਦੀ ਘੁਲਾਟੀਆਂ ਨੇ ਵੀ ਅਪਣਾਇਆ।

ਕੈਬਨਿਟ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਤਿਗੁਰੂ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਹੋਏ ਰਾਜ ਪੱਧਰੀ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੀਆਂ ਕੁਰਬਾਨੀਆਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਦੀਆਂ ਰਹਿਣਗੀਆਂ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣ ਲਈ ਜਨਤਾ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨਗੀਆਂ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਤਿਗੁਰੂ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੂੰ

# 'ਸੁਸ਼ਮਾ ਕ੍ਰੈਸੈਂਟ-2' ਦੇ ਖਰੀਦਦਾਰਾਂ ਨੇ ਸੁਸ਼ਮਾ ਬਿਲਡਰ 'ਤੇ ਲਗਾਏ ਵਾਅਦਾਖਿਲਾਫ਼ੀ ਦੇ ਦੋਸ਼

**ਜ਼ੋਰਕਪੁਰ, 5 ਫਰਵਰੀ -** ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਦੇਰੀ, ਵਾਅਦਾਖਿਲਾਫ਼ੀ ਅਤੇ ਵਿੱਤੀ ਤੰਗੀ ਤੋਂ ਨਿਰਾਸ਼, ਸੁਸ਼ਮਾ ਕ੍ਰੈਸੈਂਟ-2 ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਦੇ 90 ਤੋਂ ਵੱਧ ਖਰੀਦਦਾਰਾਂ ਨੇ ਸੁਸ਼ਮਾ ਬਿਲਡਰ ਬਿਲਾਡ ਸ਼ਾਂਤਮਈ ਵਿਰੋਧ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ। ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਕੰਪਨੀ ਤੋਂ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਨਾਲ ਕਬਜ਼ਾ, ਪਾਰਦਰਸ਼ਤਾ ਦੀ ਘਾਟ, ਰੁਕਿਆ ਹੋਇਆ ਨਿਰਮਾਣ ਅਤੇ ਵਿੱਤੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਏ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਇਆ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵੱਲੋਂ ਜਿਹੜੀ ਭਰ ਦੀ ਕਮਾਈ ਕੰਪਨੀ ਵਿੱਚ ਨਿਵੇਸ਼ ਕਰਨ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਕਬਜ਼ੇ ਵਿੱਚ 2-3 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੀ ਦੇਰੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਖਰੀਦਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਵਿੱਤੀ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਝੱਲਣੀ ਪੈ ਰਹੀ ਹੈ। ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬਿਲਡਰ ਵੱਲੋਂ ਵਚਨਬੱਧਤਾ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਢੁਕਵੀਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਰਹੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸਾਈਟ ਤੋਂ ਨਿਰਮਾਣ ਬੰਦ ਪਿਆ ਹੈ ਉਸਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਬਿਲਡਰ ਉਸਾਰੀ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਪਲਾਨ ਅਨੁਸਾਰ ਭੁਗਤਾਨਾਂ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜਦਕਿ ਖਰੀਦਦਾਰ ਡੀ.ਐਮ.ਆਈ

ਦੇਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਕਿਰਾਏ ਦੇ ਮਕਾਨਾਂ ਦਾ ਭਾਰੀ ਭਰਕਮ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਹਨ। ਬਿਲਡਰ ਵੱਲੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਬਿਲਡਰ ਵੱਲੋਂ ਦੇਰੀ ਲਈ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ ਪਰ ਫੇ ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਅਚਾਨਕ ਭੁਗਤਾਨ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਜਦਕਿ ਬੈਂਕ ਨੇ ਨਿਵੇਸ਼ਕਾਂ ਤੋਂ ਪੂਰੀ ਹੀ ਐਮ.ਆਈ ਵਸੂਲਤੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੇ ਅਤਿਰਿਕਤ ਵਿੱਤੀ ਬੋਝ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੋਰ ਖਰਚੇ ਵੀ ਪਰਤਾਉਣ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ।

ਜਦਕਿ ਬਿਲਡਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਦੀ ਪੂਰਤੀ, ਵਿੱਤੀ ਕੁਪ੍ਰਬੰਧਨ ਅਤੇ ਐਸਕੋ ਖਾਤੇ ਦੇ ਵੇਰਵਿਆਂ ਸੰਬੰਧੀ ਕੋਈ ਨੋਸ ਜਵਾਬ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੇ ਜਾ ਰਹੇ। ਨਿਵੇਸ਼ਕਾਂ ਨੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ, ਰੋਗਾ, ਅਤੇ ਵਿੱਤੀ ਰੈਗੂਲੇਟਰਾਂ ਨੂੰ ਦਖਲ ਦੇਣ ਅਤੇ ਬਿਲਡਰ ਬਿਲਾਡ ਸ਼ਾਂਤਮਈ ਵਿਰੋਧ ਕਰਨ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਤਾਂ ਜੋ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਪੂਰਾ ਹੋਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸਪਸ਼ਟ ਸਮਾਂ-ਸੀਮਾ ਨਿਰਧਾਰਤ ਹੋ ਸਕੇ। ਨਿਰਮਾਣ ਕਾਰਜ ਮੁੜ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕੇ। ਦੇਰੀ ਕਾਰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜੁਗਮਾਨ ਦੀ ਅਵਾਇਗੀ ਬਹਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਬਿਲਡਰ ਦੇਸ਼ ਛੱਡ ਕੇ ਨਾ ਭੱਜ ਸਕੇ ਇਸ ਲਈ ਸਖ਼ਤ ਕਾਰਵਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।

# ਵਿੱਤੀ ਸਾਲ 2024-25; ਪੰਜਾਬ ਨੇ ਜੀਐਸਟੀ ਵਿੱਚ ਕੌਮੀ ਐਂਸਤ 10 ਫ਼ੀਸਦ ਨੂੰ ਪਾਰ ਕਰਕੇ 11.87 ਫ਼ੀਸਦ ਵਧਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ: ਹਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਚੀਮਾ

**ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, 5 ਫਰਵਰੀ -** ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਵਿੱਤ, ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ, ਆਬਕਾਰੀ ਅਤੇ ਕਰ ਮੰਤਰੀ ਐਡਵੋਕੇਟ ਹਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਚੀਮਾ ਨੇ ਅੱਜ ਇੱਥੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸੂਬੇ ਨੇ ਵਿੱਤੀ ਸਾਲ 2023-24 ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਚਾਲੂ ਵਿੱਤੀ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਜਨਵਰੀ ਤੱਕ ਨੌਟ ਵਸਤੂਆਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਰਗੇ (ਜੀਐਸਟੀ) ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਗਤੀਸ਼ੀਲੀ 11.87 ਫ਼ੀਸਦੀ ਵਾਧਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਿਆਂ 10 ਫ਼ੀਸਦੀ ਦੀ ਕੌਮੀ ਐਂਸਤ ਨੂੰ ਪਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਪੰਜਾਬ ਨੇ ਚਾਲੂ ਵਿੱਤੀ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਆਬਕਾਰੀ ਵਿੱਚ 15.33 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ, ਅਤੇ ਨੌਟ ਜੀਐਸਟੀ, ਆਬਕਾਰੀ, ਵੈਟ, ਜੀਐਸਟੀ, ਅਤੇ ਪੀਐੱਸਡੀ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਏ ਕਰ ਵਿੱਚ ਕੁੱਲ 11.67 ਫ਼ੀਸਦ ਦਾ ਨੌਟ ਵਾਧਾ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਇੱਥੇ ਜਾਰੀ ਇੱਕ ਪ੍ਰੈੱਸ ਬਿਆਨ ਵਿੱਚ ਉਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਿਆਂ, ਵਿੱਤ ਮੰਤਰੀ ਹਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਚੀਮਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਦੇਸ਼ ਦੇ 3 ਮੋਹਰੀ ਜਨਰਲ ਸਟੇਟੀ ਰਾਜਾਂ (ਜੀਐਸਟੀ) ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਜੀਐਸਟੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਵਿੱਚ ਕੌਮੀ ਵਿਕਾਸ ਦਰ ਨੂੰ ਪਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਚਾਲੂ ਵਿੱਤੀ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਜਨਵਰੀ ਤੱਕ ਨੌਟ ਵਸਤੂਆਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਰਗੇ (ਜੀਐਸਟੀ) ਪ੍ਰਾਪਤੀ 19,414.57 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਹੋਈ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਵਿੱਤੀ ਸਾਲ 2023-24 ਵਿੱਚ ਇਸੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ 17,354.26 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਇਕੱਤਰ ਹੋਏ ਸਨ, ਜੋ ਕਿ 2,060.31 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੇ ਵਾਧੇ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਸੂਬੇ ਨੇ ਜਨਵਰੀ 2025 ਦੌਰਾਨ ਨੌਟ ਜੀਐਸਟੀ ਵਿੱਚ 9.73 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਵਾਧਾ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਜਨਵਰੀ 2024 ਵਿੱਚ ਇਕੱਤਰ ਹੋਏ



ਚਾਲੂ ਵਿੱਤੀ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਜਨਵਰੀ ਤੱਕ ਨੌਟ ਜੀਐਸਟੀ, ਆਬਕਾਰੀ, ਵੈਟ, ਜੀਐਸਟੀ, ਅਤੇ ਪੀਐੱਸਡੀ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੁੱਲ ਮਾਲੀਆ 34,704.4 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਵਿੱਤੀ ਸਾਲ 2023-24 ਵਿੱਚ ਇਸੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ 31,078.94 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦਾ ਮਾਲੀਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੁੱਲ 3,625.46 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦਾ ਸੁੱਧ ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਜਨਵਰੀ 2025 ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਟੈਕਸਾਂ ਤੋਂ ਕੁੱਲ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਵਿੱਚ ਜਨਵਰੀ 2024 ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ 12.48 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਦਾ ਵਾਧਾ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਜਨਵਰੀ 2024 ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਏ 3,151.63 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਜਨਵਰੀ 2025 ਵਿੱਚ ਕੁੱਲ 3,545.09 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦਾ ਕਰ ਮਾਲੀਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਾਲੀ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਆਪਣੇ ਕਰ ਮਾਲੀਏ ਨੂੰ ਵਧਾ ਕੇ ਰਾਜ ਨੂੰ ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਵਚਨਬੱਧਤਾ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਵਿੱਤ ਮੰਤਰੀ ਹਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਚੀਮਾ ਨੇ ਆਬਕਾਰੀ ਅਤੇ ਕਰ ਵਿਭਾਗ ਦੀਆਂ ਪਹਿਲਕਦਮੀਆਂ ਦੀ ਸ਼ਲਾਘਾ ਕੀਤੀ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤਹਿਤ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ, ਸਿਰਫ਼ ਕਮੀਆਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਕਰ ਚੋਰੀ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ 'ਤੇ ਸ਼ਿਕੰਜਾ ਕੱਸ ਕੇ ਇਹਨਾਂ ਕਰਾਂ ਤੋਂ ਮਾਲੀਆ ਵਧਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਵਿੱਤ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ ਕਿ

# ਗਿੱਲੇ ਕੂੜੇ ਤੋਂ ਬਿਜਲੀ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲਾ ਸੂਬੇ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਪਲਾਂਟ ਮੰਡੀ ਗੋਬਿੰਦਗੜ੍ਹ ਵਿਖੇ ਹੋਇਆ ਸ਼ੁਰੂ

# ਬਿਜਲੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਰੋਜ਼ਾਨਾ 15 ਟਨ ਗਿੱਲੇ ਕੂੜੇ ਦੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਵਰਤੋਂ : ਡਾ. ਸੋਨਾ ਬਿੰਦ

**ਫਤਹਿਗੜ੍ਹ ਸਾਹਿਬ, 5 ਫਰਵਰੀ -** ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਨਗਰ ਕੌਂਸਲ ਮੰਡੀ ਗੋਬਿੰਦਗੜ੍ਹ ਵੱਲੋਂ ਸ਼ਹਿਰੀ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਇਕੱਤਰ ਕੀਤੇ ਗਿੱਲੇ ਕੂੜੇ ਤੋਂ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਰਕੇ ਕੂੜਾ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਆਏ ਸਾਥੀ ਸੇਵਕਾਂ ਨੂੰ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਜਾਗਰੂਕ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਉਥੇ ਹੀ ਇੱਕ ਨਵੇਂਕਲੀ ਪਹਿਲ ਕਰਦੀ ਕਰਦਿਆਂ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪਲਾਂਟ ਗੋਬਿੰਦਗੜ੍ਹ ਵਿਖੇ ਸਥਾਪਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਪਲਾਂਟ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਗਿੱਲੇ ਕੂੜੇ ਨਾਲ ਰੋਜ਼ਾਨਾ 1000 ਯੂਨਿਟ ਬਿਜਲੀ ਤਿਆਰ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਗਿੱਲੇ ਕੂੜੇ ਤੋਂ ਬਿਜਲੀ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਇਹ ਪਲਾਂਟ ਸੂਬੇ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਪਲਾਂਟ ਹੈ ਜਿਥੇ ਕਿ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਇਕੱਤਰ ਕੀਤੇ ਗਿੱਲੇ ਕੂੜੇ ਤੋਂ ਬਿਜਲੀ ਤਿਆਰ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਸੰਬੰਧੀ ਹੋਰ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਿਆਂ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਡਾ. ਸੋਨਾ ਬਿੰਦ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਕੂੜੇ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਚੁਣੌਤੀ ਬਣ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਘਰਾਂ ਦਾ ਗਿੱਲਾ ਤੋਂ ਸੁੱਕਾ ਕੂੜਾ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੇ



ਲਿਫਾਫ਼ਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪਾ ਕੇ ਸੜਕਾਂ ਕਿਨਾਰੇ ਸੁੱਟ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦਾਨੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਨਗਰ ਕੌਂਸਲ ਮੰਡੀ ਗੋਬਿੰਦਗੜ੍ਹ ਵੱਲੋਂ 02 ਕਰੋੜ 98 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦੀ ਲਾਗਤ ਨਾਲ ਇਸ ਪਲਾਂਟ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਸ ਪਲਾਂਟ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਤੀ ਦਿਨ 15 ਟਨ ਗਿੱਲੇ ਕੂੜੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਸ ਪਲਾਂਟ ਦੇ ਪ੍ਰਯੋਗ ਅਧੀਨ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕੱਠੇ ਕੀਤੇ

# ਮਾਡਲ ਸਕੂਲ ਦੀ 47ਵੀਂ ਸਲਾਨਾ ਦੇ ਰੋਜ਼ਾ ਸਪੋਰਟਸ ਮੀਟ ਅਤੇ ਅਕਾਦਮਿਕ ਇਨਾਮ ਵੰਡ ਸਮਾਰੋਹ ਆਯੋਜਿਤ

**ਪਟਿਆਲਾ, 5 ਫਰਵਰੀ -** ਅਮਰਜੋਤ ਸਿੰਘ ਲਾਂਬਾ- ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਸੀਨੀਅਰ ਸੈਕੰਡਰੀ ਮਾਡਲ ਸਕੂਲ, ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਪਟਿਆਲਾ ਵੱਲੋਂ 47ਵੀਂ ਸਲਾਨਾ ਸਪੋਰਟਸ ਮੀਟ ਅਤੇ ਅਕਾਦਮਿਕ ਇਨਾਮ ਵੰਡ ਸਮਾਰੋਹ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਦਾ ਅੱਜ ਪਹਿਲਾ ਦਿਨ ਸੀ। ਇਸ ਸਮਾਰੋਹ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ ਦਾ ਉਦਘਾਟਨ ਡਾ. ਅਨੀਤਾ, ਡਾ. ਰਿਜ਼ਵੀ, ਡਾ. ਐਮ. ਐਮ. ਟੀ. ਡੀ. ਸੀ. ਡਾ. ਰਮਨ ਮੋਤੀ, ਸੀਨੀਅਰ ਮੈਂਬਰਕਲ ਅਫਸਰ ਡਾ. ਰੋਗੀਨਾ ਮੋਤੀ, ਚੀਫ਼ ਸਕਿਊਰਿਟੀ

ਅਫਸਰ ਕੈਪਟਨ ਗੁਰਤੇਜ ਸਿੰਘ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਦਿਨ ਖੇਡ ਮੁਕਾਬਲੇ 36 ਟਰੈਕ ਅਤੇ ਫੀਲਡ ਈਵੈਂਟਸ ਕਰਵਾਏ ਗਏ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਭਾਗ ਲਿਆ। ਸਕੂਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸ. ਸਤਵੀਰ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਨੇ ਆਏ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਕੀਤਾ। ਸਮਾਰੋਹ ਵਿੱਚ ਹਾਜ਼ਰੀਨ ਚੀਫ਼ ਗਿੱਲਾਂ ਵੱਲੋਂ ਫਲੋਗ ਰੋਸਟਿੰਗ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਇਸ ਉਪਰੰਤ ਖਿਡਾਰੀ ਦੁਆਰਾ ਸਰ੍ਹੋ ਚੁਕਣ ਦੀ ਰਸਮ ਕੀਤੀ ਗਈ ਅਤੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਸਪੋਰਟਸ ਡਾ. ਅਨੀਤਾ ਵੱਲੋਂ ਇਹ ਸਮਾਰੋਹ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਅਤੇ ਆਲਾਨ ਕੀਤਾ। ਰੋਗ- ਬਿਰੋਗੀਆਂ ਵਰਗੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਜੇ

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਵਰਦਾਇਤੀ ਮਾਰਚ ਪਾਸਟ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਾਰਚ ਪਾਸਟ ਅਤੇ ਪੀ.ਟੀ. ਦੀ ਯਾਦਗਾਰੀ ਪੋਸਟਰਾਂ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਆਏ ਹੋਏ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਖੇਡ ਪ੍ਰਤੀ ਉਤਸ਼ਾਹ ਵੇਖ ਕੇ ਬਹੁਤ ਖੁਸ਼ੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤੀ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਖੇਡਾਂ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਵੱਧ ਚੱਲਣ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਲਈ ਸੁਨੇਹਾ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਪੀ. ਟੀ. ਡਾ. ਰਮਨ ਮੋਤੀ, ਡਾ. ਅਨੀਤਾ, ਡਾ. ਰਿਜ਼ਵੀ, ਡਾ. ਐਮ. ਐਮ. ਟੀ. ਡੀ. ਡਾ. ਰਮਨ ਮੋਤੀ, ਸੀਨੀਅਰ ਮੈਂਬਰਕਲ ਅਫਸਰ ਡਾ. ਰੋਗੀਨਾ ਮੋਤੀ, ਚੀਫ਼ ਸਕਿਊਰਿਟੀ

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਵਰਦਾਇਤੀ ਮਾਰਚ ਪਾਸਟ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਾਰਚ ਪਾਸਟ ਅਤੇ ਪੀ.ਟੀ. ਦੀ ਯਾਦਗਾਰੀ ਪੋਸਟਰਾਂ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਆਏ ਹੋਏ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਖੇਡ ਪ੍ਰਤੀ ਉਤਸ਼ਾਹ ਵੇਖ ਕੇ ਬਹੁਤ ਖੁਸ਼ੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤੀ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਖੇਡਾਂ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਵੱਧ ਚੱਲਣ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਲਈ ਸੁਨੇਹਾ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਪੀ. ਟੀ. ਡਾ. ਰਮਨ ਮੋਤੀ, ਡਾ. ਅਨੀਤਾ, ਡਾ. ਰਿਜ਼ਵੀ, ਡਾ. ਐਮ. ਐਮ. ਟੀ. ਡੀ. ਡਾ. ਰਮਨ ਮੋਤੀ, ਸੀਨੀਅਰ ਮੈਂਬਰਕਲ ਅਫਸਰ ਡਾ. ਰੋਗੀਨਾ ਮੋਤੀ, ਚੀਫ਼ ਸਕਿਊਰਿਟੀ

ਘੰਟਾ ਇੱਥੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਮਗਰੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸ਼ਾਮ ਚਾਰ ਵਜੇ ਇੱਥੋਂ ਇਹ ਕੋਚ ਕੇ ਕੂਚ ਕੀਤਾ ਕਿ ਉਹ ਹੁਣ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਹੀ ਪਾਸੀ ਰੋਡ 'ਤੇ ਸਥਿਤ ਸਿਹਤ ਮੰਤਰੀ ਦੀ ਕੋਠੀ ਅੱਗੇ ਜਾ ਕੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨਗੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਿਹਤ ਮੰਤਰੀ ਵੱਲੋਂ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਵਾਅਦੇ ਕਰ ਕੇ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਮੰਗਾਂ ਦੀ ਪੂਰਤੀ ਕਰਦੀ ਨਹੀਂ ਬਣਾਈ ਜਾ ਰਹੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੂਨੀਅਨ ਦੀ ਮੰਗ ਹੈ ਕਿ ਮਲਟੀਪਰਪਜ਼ ਹੋਲਡ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਉਪਲੱਧੀ ਉਮਰ ਸੀਮਾ 'ਚ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਛੋਟ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ, ਨਵੀਂ ਭਰਤੀ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਭਾਰਤੀ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਤੁਰੰਤ ਜਾਰੀ ਹੋਵੇ।

# ਮੈਡੀਕਲ ਕਾਲਜ ਦੇ ਸਟਾਫ ਵਲੋਂ ਪਦ-ਉਨਤ ਹੋਏ ਸੁਪਰਡੈਂਟਾਂ ਦਾ ਸਨਮਾਨ



**ਪਟਿਆਲਾ, 5 ਫਰਵਰੀ -** ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਸਰਕਾਰੀ ਮੈਡੀਕਲ ਕਾਲਜ ਪਟਿਆਲਾ ਦੇ ਸਮੂਹ ਸਟਾਫ ਵਲੋਂ ਪਦ-ਉਨਤ ਹੋਏ ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਵਿਭਾਗ ਸ਼ਰਮਾ, ਤੇਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਗੁਰਜਿੰਦਰ ਭਾਟੀਆ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਤਰੱਕੀਆਂ ਪਾਉਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਸੁਪਰਡੈਂਟਾਂ ਵੱਲੋਂ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ

ਅਤੇ ਖੋਜ ਤੇ ਮੈਡੀਕਲ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ ਮਨਿਸਟਰਿਅਲ ਯੂਨੀਅਨ ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਤਹਿ ਦਿੱਲੋਂ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਲਗਾਈ ਗਈ ਇਸ ਸ਼ਿੱਕੇਵਾਰੀ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਵਿਆਮਦਾਰੀ ਤੇ ਮਿਹਨਤ ਨਿਭਾਉਣਗੇ। ਵਿਧਿਨ ਸ਼ਰਮਾ ਵਲੋਂ ਸਮੂਹ ਸਟਾਫ ਅਤੇ ਵਿਭਾਗ ਦੀ ਮਨਿਸਟਰਿਅਲ ਯੂਨੀਅਨ ਪੰਜਾਬ ਦਾ

ਵੀ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਸਭ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੱਕਾਂ ਲਈ ਇਕਜੁੱਟ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਤੇਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਗੁਰਜਿੰਦਰ ਭਾਟੀਆ, ਤੇਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਅਮਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਸਤਨਾਮ ਸਿੰਘ, ਅਮਨਦੀਪ ਸਿੰਘ, ਕੁਲਵੀਰ ਸਿੰਘ, ਪ੍ਰੇਮ ਸਕੱਤਰ ਜਤਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਰੋਹਿਤ ਕੁਮਾਰ ਆਦਿ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

# ਕਾਰ ਸੇਵਾ ਨੁਰਜੀ ਵਲੋਂ ਗੁਰੂਘਰਾਂ ਦੇ ਪਾਠੀ ਸਿੰਘਾਂ ਲਈ ਵੱਡਾ ਉਪਹਾਲਾ; ਘੱਟ ਤਨਖਾਹ ਵਾਲੇ ਪਾਠੀ ਸਿੰਘਾਂ ਨੂੰ ਪੱਲਿਓਂ 21 ਹਜ਼ਾਰ ਰੁਪਏ ਤਨਖਾਹ ਦੇਣ ਦਾ ਐਲਾਨ ਵੱਧ ਆਮਦਨ ਵਾਲੇ ਗੁਰੂਘਰਾਂ ਦੀਆਂ ਕਮੇਟੀਆਂ ਪਾਠੀ ਸਿੰਘਾਂ ਦੀ ਤਨਖਾਹ ਐਨੀ ਕਰਨ : ਸੋਢੀ

**ਪਟਿਆਲਾ, 5 ਫਰਵਰੀ -** ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ ਬਿਊਰੋ- ਕਾਰ ਸੇਵਾ ਨੁਰ ਜੀ ਲੁਧਿਆਣਾ (ਰਜਿ.) ਵਲੋਂ ਅੱਜ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸ੍ਰੀ ਦੁਖ ਨਿਵਾਰਨ ਸਾਹਿਬ ਪਟਿਆਲਾ ਵਿਖੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਗੁਰੂਘਰਾਂ ਦੇ ਪਾਠੀ, ਗਰੀਬ ਸਿੰਘਾਂ ਦੀ ਤਨਖਾਹ ਘੱਟ ਘੱਟ 21 ਹਜ਼ਾਰ ਰੁਪਏ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਡੁਬਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸੋਢੀ ਚੇਅਰਮੈਨ ਨੇ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਗੁਰੂਘਰਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਘੱਟ ਹੈ ਤੇ ਉਹ ਗੁਰੂਘਰਾਂ ਦੇ ਪਾਠੀ ਸਿੰਘਾਂ ਨੂੰ ਇੰਨੀ ਤਨਖਾਹ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਗੁਰੂਘਰਾਂ ਦੀ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਸਾਡੀ ਸੰਸਥਾ ਕਰੇਗੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੋ ਜਾਂ ਹਜ਼ਾਰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਚਾਹੇ ਜਿੰਨੇ ਮਰਜ਼ੀ ਗੁਰੂਘਰ ਹੋਣ ਉਹ ਸਭ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਪਾਠੀ ਸਿੰਘ ਲਈ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਹਨ। ਇਹ ਵਿੱਤੀ ਮੱਦਦ

ਸਕਦੀ ਹੈ। ਡੁਬਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸੋਢੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪਾਠੀ ਸਿੰਘ ਸਾਨੂੰ ਜਿਥੇ ਸ਼ਬਦਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ ਜੋੜਦੇ ਹਨ, ਉਥੇ

ਹੀ ਮਾਮੂਲੀ ਜਿਹੀ ਤਨਖਾਹ 'ਤੇ ਜੀਵਨ ਬਸ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਉਨ੍











# 10 ਫੁੱਟ ਡੂੰਘੇ ਟੋਏ 'ਚ ਤਪੱਸਿਆ, ਮੌਨੀ ਬਾਬਾ ਨੇ ਮਹਾਕੁੰਡ 'ਚ ਲਈ 'ਭੂਮੀ ਸਮਾਧੀ'

ਦੋਸ਼ੀਆਂ

ਪ੍ਰਯਾਗਰਾਜ 5 ਫਰਵਰੀ। ਮਹਾਕੁੰਡ ?? 'ਚ ਮੌਨੀ ਬਾਬਾ ਨੇ ਸਮਾਧੀ ਲੈ ਲਈ ਹੈ। ਉਹ 10 ਫੁੱਟ ਟੋਏ 'ਚ ਤਪੱਸਿਆ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਦਰਅਸਲ ਮਹਾਕੁੰਡ 'ਚ ਮੌਨੀ ਮੌਨੀਆ 'ਤੇ ਮਚੀ ਭਾਜਾੜ ਦੀ ਘਟਨਾ ਤੋਂ ਦੁਖੀ ਹੋ ਕੇ ਪਰਮਹੰਸ ਪੀਠਾਧੀਸ਼ਵਰ ਸਿਵਯੋਗੀ ਮੌਨੀ ਮਹਾਰਾਜ ਨੇ



ਭੂਮੀ ਸਮਾਧੀ ਲਈ ਹੈ। ਸਮਾਧੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੌਨੀ ਬਾਬਾ ਨੇ ਰਸਮਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਪੂਜਾ ਪਾਠ ਕੀਤਾ। ਮੌਨੀ ਬਾਬਾ ਨੇ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਰਾਤ ਨੂੰ 'ਭੂਮੀ ਸਮਾਧੀ' ਲਈ। ਉਹ ਹੁਣ ਤੱਕ 55 ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਾਰ 'ਭੂਮੀ ਸਮਾਧੀ' ਲੈ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ 57ਵੀਂ ਭੂਮੀ ਸਮਾਧੀ ਹੈ। ਮੌਨੀ ਬਾਬਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਪ੍ਰਯਾਗਰਾਜ ਮਹਾਕੁੰਡ ?? ਦੀ ਘਟਨਾ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਦੁਖੀ ਹਨ। ਭੂਮੀ ਸਮਾਧੀ ਰਾਹੀਂ ਉਹ ਕਾਮਨਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਅਜਿਹੀ ਦੁਖਦਾਈ ਘਟਨਾ ਮਹਾਕੁੰਡ ?? ਵਿੱਚ ਮੁੜ ਨਾ ਵਾਪਰੇ। ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਤੋਂ ਲੋਕ ਮਹਾ ਕੁੰਡ ?? ਵਿੱਚ ਆ ਰਹੇ ਹਨ। ਮੌਂ ਭੂਮੀਗਤ

ਤਪੱਸਿਆ ਕਰਾਗਾ ਤਾਂ ਜੋ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕੋਈ ਮੁਸ਼ਕਲ ਨਾ ਆਵੇ। ਮੌਨੀ ਬਾਬਾ ਨੇ ਮਹਾਕੁੰਡ ?? ਖੇਤਰ ਦੇ ਸੈਕਟਰ-6 ਵਿੱਚ ਸਥਿਤ ਆਪਣੇ ਕੈਂਪ ਵਿੱਚ 'ਭੂ ਸਮਾਧੀ' ਲਈ। ਮੌਨੀ ਬਾਬਾ ਦੇ ਡੇਰੇ ਵਿੱਚ 12 ਜਯੰਤਰਲਿੰਗਾਂ ਦਾ ਰੂਪ ਰੁਦਰਾਕਸ਼ ਮਣਕਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਮਹਾਕੁੰਡ ?? ਵਿੱਚ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਮੌਨੀ ਬਾਬਾ ਨੇ 7 ਕਰੋੜ 51 ਲੱਖ ਰੁਦਰਾਕਸ਼ ਮਣਕਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ 12 ਬੁਧ ਜਯੰਤਰਲਿੰਗਾਂ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਜਯੰਤਰਲਿੰਗ 11 ਫੁੱਟ ਉੱਚਾ, 9 ਫੁੱਟ ਚੌੜਾ ਅਤੇ 7 ਫੁੱਟ ਮੋਟਾ ਹੈ। ਲੋਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੌਨੀ ਮਹਾਰਾਜ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜਨਮ ਪੁਰਾਪੁਰਾ ਦੇ ਪੱਟੀ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਇੱਥੇ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹ ਆਪਣੀ ਰੱਜੀ-ਰੋਟੀ ਕਮਾਉਣ ਲਈ ਮੁੰਬਈ ਚਲੇ ਗਏ। ਫਿਰ ਸੰਸਾਰਿਕ ਜੀਵਨ ਤੋਂ

ਨਿਰਾਸ਼ ਹੋ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇੱਕ ਸੰਤ ਦਾ ਜੀਵਨ ਅਪਣਾਇਆ। ਮੌਨੀ ਮਹਾਰਾਜ ਅਮੋਨੀ ਦੇ ਬਾਬੁਗੰਜ 'ਚ ਸਥਿਤ ਸਾਗਰ ਆਸ਼ਰਮ ਦੇ ਮੁਖੀ ਹਨ। ਸਾਲ 1989 'ਚ ਮਹਾਰਾਜ ਨੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਭਲਾਈ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਅਤੇ ਭਗਵਾਨ ਸ਼ਿਵ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਦੀ ਇੱਛਾ ਨਾਲ ਮੋਨ ਧਾਰਨ ਕੀਤਾ। ਚੁੱਪ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਭਗਵਾਨ ਸ਼ਿਵ ਦੀ ਪੂਜਾ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ 2002 ਤੱਕ ਜਾਰੀ ਰਹੀ। ਉਦੋਂ ਤੋਂ ਹੀ ਸਾਰੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੌਨੀ ਮਹਾਰਾਜ ਦੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਜਾਣਨ ਲੱਗ ਪਏ।

# ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਨੂੰ ਬਜਟ 'ਚ 469.56 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੇ ਵਾਧੇ ਨਾਲ 7.21 ਫੀਸਦੀ ਵਧੇਰੇ ਫੰਡ ਮਿਲੇ

ਸਰਦੂਲ ਸਿੰਘ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ 5 ਫਰਵਰੀ। ਕੇਂਦਰੀ ਬਜਟ 2025-26 'ਚ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਲਈ ਬਜਟ ਅਲਾਟਮੈਂਟ 'ਚ 7.21 ਫੀਸਦੀ ਦਾ ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਲਈ 2025-26 ਦੇ ਬਜਟ ਅਨੁਮਾਨ 6,983.18 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਹਨ, ਜਿਸ 'ਚ ਮਾਲੀਏ ਲਈ 6,185.18 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਅਤੇ ਪੂੰਜੀਗਤ ਖਰਚ ਲਈ 798 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਬਜਟ 2025-26 ਨੂੰ ਇੱਕ ਇਤਿਹਾਸਕ ਕਦਮ ਦੱਸਦਿਆਂ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਰਾਜਪਾਲ ਅਤੇ ਯੂ. ਟੀ. ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਕ ਗੁਲਾਬ ਚੰਦ ਕਟਾਰੀਆ ਨੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਅਤੇ ਵਿੱਤ ਮੰਤਰੀ ਨਿਰਮਲਾ ਸੀਤਾਰਾਮਨ ਦਾ ਬਜਟ 'ਚ ਗਰੀਬਾਂ, ਕਿਸਾਨਾਂ ਅਤੇ ਮੱਧ ਵਰਗ ਨੂੰ ਲਾਭ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੇਰੇ 40 ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਜਨਤਕ ਜੀਵਨ 'ਚ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ, ਮੈਂ ਟੈਕਸ ਛੋਟਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਮੱਧ ਵਰਗ ਨੂੰ ਇੰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਮਰਥਨ ਦੇਖਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸ਼ਲਾਘਾਯੋਗ ਅਤੇ ਸਵਾਗਤਯੋਗ ਕਦਮ ਹੈ। ਇਹ ਬਜਟ

ਸਮਾਜ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵਰਗਾਂ ਦੇ ਸ਼ਕਤੀਕਰਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਮੀਲ ਪੱਥਰ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਦੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਢਾਂਚੇ ਦੇ ਆਧੁਨਿਕੀਕਰਨ ਅਤੇ ਸੰਪੂਰਨ ਵਿਕਾਸ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦੇਣ

ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ, ਪੁਲਸ ਲਈ 958.79 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ, ਰਿਹਾਇਸ਼ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਰੀ ਵਿਕਾਸ ਲਈ 884.31 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ, ਆਵਾਜਾਈ ਖੇਤਰ ਲਈ 445.84 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ 1,515.66 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੀ ਵੱਡੀ ਵੱਧ-ਵੱਧ ਹੋਰ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਲਾਭ ਹੋਵੇਗਾ। ਕੁੱਲ ਵੱਡੇ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਦੇ ਬਜਟ ਅਨੁਮਾਨ ਨਾਲੋਂ 469.56 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਵੱਧ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ 6,513.62 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਸੀ। ਯਾਨੀ ਕਿ 7.21 ਫੀਸਦੀ ਦਾ ਵਾਧਾ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਕੁੱਲ ਬਜਟ ਵਿੱਚ, ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਨੂੰ ਮਾਲੀਆ ਮੱਦ ਹੋਣ 6,185.18 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਮਿਲੇ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਨਾਲੋਂ 326.56 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਵੱਧ ਹਨ। ਪੂੰਜੀ ਹੱਥ ਅਧੀਨ ਯੂ. ਟੀ. ਨੂੰ 798 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਅਲਾਟ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ 143 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦਾ ਵਾਧਾ ਹੈ। ਪੂੰਜੀ ਸਿਰਜਣ ਅਧੀਨ ਫੰਡ ਵਿਕਾਸ ਕਾਰਜਾਂ ਅਤੇ ਸੰਪਤੀ ਸਿਰਜਣ ਲਈ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਮਾਲੀਆ ਸਿਰਜਣ ਅਧੀਨ ਵੱਡੇ ਤਨਖਾਹਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਆਵਰਤੀ ਖਰਚਿਆਂ 'ਤੇ ਖਰਚ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਨੇ 2025-26 ਲਈ ਕੇਂਦਰ ਤੋਂ ਬਿਜਲੀ, ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਆਵਾਜਾਈ ਸਮੇਤ ਵੱਧ-ਵੱਧ ਪ੍ਰਾਜੈਕਟਾਂ ਲਈ ਕਰੀਬ 7,900 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਸੀ, ਪਰ ਉਸਨੂੰ ਮੰਗ ਨਾਲੋਂ 916.82 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਘੱਟ ਮਿਲੇ।



ਲਈ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਵਚਨਬੱਧਤਾ ਦਾ ਵਸਨੀਕਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਫਾਇਦਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਮੁੱਖ ਅਲਾਟਮੈਂਟਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਿਆ ਖੇਤਰ ਲਈ 1,206.36 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ, ਸਿਹਤ ਲਈ 987.37 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ, ਉਦਯੋਗ ਲਈ 984.85

## ਮਹਾਕੁੰਡ 'ਚ ਮਸ਼ਹੂਰ ਹੋਈ ਮੋਨਾਲੀਸਾ ਨੇ ਫਿਲਮ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੋੜੀ ਚੁੱਪੀ

ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ 5 ਫਰਵਰੀ। 2025 ਦੇ ਮਹਾਕੁੰਡ ?? 'ਚ ਆਪਣੀਆਂ ਨੀਲੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਲਈ ਮਸ਼ਹੂਰ ਹੋਈ ਮੋਨਾਲੀਸਾ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਿਨੀਂ ਸੁਰਖੀਆਂ 'ਚ ਹੈ। ਉਸ ਦੀਆਂ ਕਈ ਵੀਡੀਓਜ਼ ਅਤੇ ਗੀਤਾਂ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਵਾਇਰਲ ਹੋਈਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਵੱਧ-ਵੱਧ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ। ਵੀਡੀਓ 'ਚ ਉਸ ਦੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਅਤੇ ਮਾਸੂਮੀਅਤ ਨੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਦਿਲ ਜਿੱਤ ਲਿਆ। ਮੋਨਾਲੀਸਾ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਹ ਮਹਾਕੁੰਡ ਮੇਲੇ 'ਚ ਰੁਦਰਾਕਸ਼ ਦੇ ਹਾਰ ਵੇਚਣ ਗਈ ਸੀ ਪਰ ਅਚਾਨਕ ਉੱਥੇ ਵਾਇਰਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸ ਦੀ ਕਿਸਮਤ ਬਦਲ ਗਈ। ਉਸ ਨੇ ਫਿਲਮ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਵੀ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਕਈ ਅਫਵਾਹਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਮਹਾਕੁੰਡ ਤੋਂ ਵਾਇਰਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਮੋਨਾਲੀਸਾ ਨੂੰ ਇੰਡਸਟਰੀ ਤੋਂ ਫਿਲਮਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ਾਂ ਮਿਲੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ 'ਤੇ,



ਉਸਨੇ ਇੱਕ ਵੀਡੀਓ ਬਣਾਇਆ ਅਤੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ ਸਨੇਜ ਮਿਸ਼ਰਾ ਨੇ ਉਸਨੂੰ ਆਪਣੀ ਫਿਲਮ 'ਦਿ ਡਾਇਰੀ ਆਫ ਮਨੀਪੁਰ' ਲਈ ਸੁਝਾਈ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਖ਼ਬਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਉਸ ਦੇ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਕ ਉਸ ਦੇ ਲਈ ਖੁਸ਼ ਹਨ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਹਨ। ਉਸ ਦੀ ਨਵੀਂ ਯਾਤਰਾ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਸ਼ੁਭਕਾਮਨਾਵਾਂ ਮੋਨਾਲੀਸਾ ਨੇ ਆਪਣੇ ਵੀਡੀਓ 'ਚ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਕਈ ਅਫਵਾਹਾਂ ਦਾ ਵੀ ਖੰਡਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਫੈਲੀਆਂ ਕੁਝ ਝੂਠੀਆਂ ਖ਼ਬਰਾਂ 'ਤੇ ਸਪੱਸ਼ਟੀਕਰਨ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਕਿਸੇ ਨੇ ਝੂਠ ਬੋਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਮੈਨੂੰ ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਮਿਲੇ ਹਨ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਕਾਰ ਤੋੜਕੇ 'ਚ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਭ ਗਲਤ ਗੱਲਾਂ ਹਨ। ਉਸ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸਨੇਜ ਮਿਸ਼ਰਾ ਖੁਦ ਮੁੰਬਈ ਤੋਂ ਉਸ ਦੇ ਘਰ ਆਏ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਫਿਲਮ ਲਈ ਸਾਈਨ ਕੀਤਾ।

## ਆਵਾਰਾ ਤੇ ਖੁੰਘਾਰ ਕੁੱਤਿਆਂ ਦੀ ਵਧਦੀ ਗਿਣਤੀ ਕਰ ਕੇ ਬੱਚਿਆਂ, ਔਰਤਾਂ ਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ 'ਚ ਸਹਿਮ ਦਾ ਮਾਰੋਲ

ਜਲਾਲਾਬਾਦ 5 ਫਰਵਰੀ। ਸ਼ਹਿਰ ਅਤੇ ਹਲਕੇ ਦੇ ਪਿੰਡਾਂ 'ਚ ਘੁੰਮਦੇ ਆਵਾਰਾ ਤੇ ਖੁੰਘਾਰ ਕੁੱਤਿਆਂ ਦੀ ਵੱਧ ਰਹੀ ਗਿਣਤੀ ਦੇ ਚੱਲਦਿਆਂ ਸ਼ਹਿਰ ਅਤੇ ਹਲਕੇ ਦੇ ਪਿੰਡਾਂ 'ਚ ਸਹਿਮ ਦਾ ਮਾਰੋਲ ਪਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸਥਾਨਕ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਜਸੇਵੀ ਕੇਵਲ ਕਾਨਪਾਲ ਜਲਾਲਾਬਾਦ, ਸੁਰਿੰਦਰ ਨੰਦਾ ਕਰੀਆਂ, ਸ਼ਾਮ ਸੁੰਦਰ ਯਵਨ ਪੱਪੀ ਜਲਾਲਾਬਾਦ ਅਤੇ ਜਸਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸੰਧੂ ਘਾਂਗਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹਲਕੇ ਅੰਦਰ ਆਵਾਰਾ ਕੁੱਤਿਆਂ ਦੀ ਭਰਮਾਰ ਹੈ, ਜੋ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਕੁੱਤੇ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਕੇ ਟੋਲੀ ਦੇ ਰੂਪ 'ਚ ਗਲੀਆਂ-ਮੁਹੱਲਿਆਂ 'ਚ ਆਵਾਰਾ ਘੁੰਮਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ, ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਬਣਾ ਕੇ ਖੰਭ ਦਾ ਮਾਰੋਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਆਮ ਹੀ ਵੇਖਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਕਈ ਵਾਰ ਆਵਾਰਾ ਕੁੱਤਿਆਂ ਦੇ ਟੋਲੇ ਨਿੱਕੇ-ਨਿੱਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਨੱਚ-ਨੱਚ ਕੇ ਗੰਭੀਰ ਜ਼ਖਮੀ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਫਿਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੌਤ ਦੇ ਘਾਟ ਉਤਾਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਤੇ ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਮਾਂ-ਬਾਪ 'ਤੇ ਵੀ ਬੀੜੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਇਹ ਉਹ ਹੀ ਜਾਣਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸ਼ਹਿਰ ਅੰਦਰ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੁੱਤਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਵੱਢਿਆ ਵੀ ਜਾ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਹਲਕਾਅ ਵਰਗੀ ਭਿਆਨਕ ਅਤੇ ਜਾਨਲੇਵਾ ਬੀਮਾਰੀ ਹੋਣ ਦਾ ਵੀ ਖ਼ਤਰਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਅੰਤ 'ਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਅੱਗੇ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਆਵਾਰਾ ਕੁੱਤਿਆਂ ਦਾ ਪੱਕੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੱਲ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਕਤ ਸਮੱਸਿਆ ਤੋਂ ਨਿਜ਼ਾਤ ਪਾਈ ਜਾ ਸਕੇ।

## ਮਕਾਨ ਮਾਲਕਾਂ ਲਈ ਵੱਡੀ ਰਾਹਤ ! ਹੁਣ 2 ਘਰਾਂ ਦੇ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਵੀ ਮਿਲੇਗੀ ਟੈਕਸ ਛੋਟ

ਕਿਸ਼ਨ ਪਾਲ ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 5 ਫਰਵਰੀ। ਵਿੱਤ ਮੰਤਰੀ ਨਿਰਮਲਾ ਸੀਤਾਰਾਮਨ ਨੇ ਵੀ ਦੇ ਘਰ ਰੱਖਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਬਜਟ ਵਿੱਚ ਰਾਹਤ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਦੋਵਾਂ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਦੂਜੇ ਘਰ 'ਤੇ ਵੀ ਆਮਦਨ ਟੈਕਸ ਨਹੀਂ ਦੇਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਪਹਿਲਾਂ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਘਰ ਨੂੰ ਆਮਦਨ ਕਰ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਮਿਲੀ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਘਰ 'ਤੇ ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਦੇਣਾ ਪੈਂਦਾ ਸੀ। ਪਰ 1 ਅਪ੍ਰੈਲ 2025 ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਹੁਣ ਟੈਕਸਦਾਤਾ ਦੇ ਘਰਾਂ ਨੂੰ ਦੋਸ ਕੇ ਟੈਕਸ ਛੋਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਣਗੇ। ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਸਰਦੂਲ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਘਰ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਸੀ। ਇਸ ਫੈਸਲੇ ਨਾਲ ਗੈਰ-ਅਸਟੇਟ ਸੈਕਟਰ ਮਸ਼ਹੂਰ ?? ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਘਰਾਂ ਦੀ ਮੰਗ ਅਤੇ ਵਿਕਰੀ ਵਧੇਗੀ। ਵਿੱਤ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਇਹ ਛੋਟ ਅਜਿਹੇ ਦੇ ਘਰਾਂ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਸ਼ਰਤ ਦੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਮਾਰਿਹਾਂ ਦਾ ਮੋਨਣਾ ਹੈ ਕਿ

ਟੈਕਸਦਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਸ਼ਰਤਾਂ ਦੇ ਅਧੀਨ, ਸਵੈ-ਕਬਜ਼ੇ ਵਾਲੀ ਜਾਇਦਾਦ ਦਾ ਸਾਲਾਨਾ ਮੁੱਲ ਜ਼ੀਰੋ ਦਿਖਾਉਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਸੀ। ਪਰ ਹੁਣ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ, ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਗੈਰ-ਅਸਟੇਟ ਨਿਵੇਸ਼ ਨੂੰ ਵੀ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਮਿਲੇਗੀ। ਨਾਲ ਹੀ, ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਘਰ ਖਰੀਦਦਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਵਿਭਿੰਨ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਹੁਣ ਉਹ ਦੇ ਘਰਾਂ 'ਤੇ ਇਹ ਲਾਭ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇਗਾ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਦੂਜੇ ਘਰ 'ਤੇ ਨੈਸ਼ਨਲ ਰੈਂਟਲ ਇਨਕਮ 'ਤੇ ਟੈਕਸ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਗੈਰ-ਅਸਟੇਟ ਮਾਰਿਹਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਦਮ ਛੋਟੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ (ਟੀਅਰ-2 ਅਤੇ ਟੀਅਰ-3) ਵਿੱਚ ਵੀ ਘਰ ਦੀ ਮਾਲਕੀ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੇਗਾ। ਗਰੁੱਪ ਦੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਅਨੂਜ ਪੁਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਮੱਧ ਵਰਗ ਦੇ ਘਰ ਖਰੀਦਦਾਰਾਂ, ਮਕਾਨ ਮਾਲਕਾਂ ਅਤੇ ਨਿਵੇਸ਼ਕਾਂ ਨੂੰ ਹੁਣ ਘੱਟ ਟੈਕਸ ਦਾ ਬੋਝ ਝੱਲਣਾ ਪਵੇਗਾ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜਾਇਦਾਦ ਖਰੀਦਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਵਧੇਗੀ।

ਇਹ ਛੋਟ ਅਜਿਹੇ ਦੇ ਘਰਾਂ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਸ਼ਰਤ ਦੇ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਮਾਰਿਹਾਂ ਦਾ ਮੋਨਣਾ ਹੈ ਕਿ

## ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਪਤਨੀ ਅਤੇ ਧੀ ਦੇ ਕਤਲ ਦੇ ਦੋਸ਼ੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸੁਣਾਈ ਮੌਤ ਦੀ ਸਜ਼ਾ

ਜਲਪਾਈਗੁੜੀ/ਪੱਛਮੀ ਬੰਗਾਲ 5 ਫਰਵਰੀ। ਪੱਛਮੀ ਬੰਗਾਲ ਦੀ ਇੱਕ ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ ਜਲਪਾਈਗੁੜੀ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਨਾਗਰਕੋਟਾ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਪਤਨੀ ਅਤੇ 18 ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਧੀ ਦੀ ਹੱਤਿਆ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਮੌਤ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਸੁਣਾਈ। ਜਲਪਾਈਗੁੜੀ ਸ਼ੇਸ਼ਨ ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਲਾਲ ਸਿੰਘ ਓਰਾਓ ਨੂੰ 27 ਮਾਰਚ, 2023 ਨੂੰ ਲੁਕਸਨ ਟੀ ਗਾਰਡਨ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਪਤਨੀ ਸਬੀ ਓਰਾਓ ਅਤੇ ਧੀ ਦੀ ਹੱਤਿਆ ਦਾ ਦੋਸ਼ੀ ਪਾਇਆ। ਅਦਾਲਤ ਦੇ ਵਧੀਕ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਅਤੇ ਸ਼ੇਸ਼ਨ ਜੱਜ ਬਿਪਲਬ ਰਾਏ ਨੇ ਉਸਨੂੰ ਦੋਹਰੇ ਕਤਲ ਲਈ ਮੌਤ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਸੁਣਾਈ। ਜਲਪਾਈਗੁੜੀ ਦੇ ਪੁਲਸ ਸੁਪਰਡੈਂਟ ਖੰਡਬਾਲ ਉਮੇਸ਼ ਗਣਪਤ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਆਪਣੀ ਪਤਨੀ ਅਤੇ ਧੀ ਦੀ ਬੇਰਹਿਮੀ ਨਾਲ ਹੱਤਿਆ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਦੋਸ਼ੀ ਨੇ ਖੁਦਕੁਸ਼ੀ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿੱਡ 'ਤੇ ਚਾਰੂ ਮਾਰ ਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜ਼ਖਮੀ ਕਰ ਲਿਆ। ਲਾਲ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰਕੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਸਰਕਾਰੀ ਵਕੀਲ ਪੁਸ਼ਨਜੀਤ ਦੇਬ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਦੋਹਰੇ ਕਤਲ ਕੇਸ ਦੀ ਸੁਣਵਾਈ ਦੌਰਾਨ 13 ਗਵਾਹਾਂ ਤੋਂ ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਪਿਛਲੇ ਹਫ਼ਤੇ ਲਾਲ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਇਸ ਅਪਰਾਧ ਲਈ ਦੋਸ਼ੀ ਠਹਿਰਾਇਆ ਸੀ ਅਤੇ ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ ਸਜ਼ਾ ਸੁਣਾਈ।

## 19.5 ਲੱਖ ਰਾਸ਼ਨ ਕਾਰਡ ਧਾਰਕ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਵੱਡੀ ਰਾਹਤ

ਸ਼ਿਮਲਾ 5 ਫਰਵਰੀ। ਖੁਰਾਕ ਸਪਲਾਈ ਵਿਭਾਗ ਨੇ ਰਾਸ਼ਨ ਕਾਰਡ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਵੱਡੀ ਰਾਹਤ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਰਾਸ਼ਨ ਕਾਰਡ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਜਨਵਰੀ ਅਤੇ ਫਰਵਰੀ ਦੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਲਈ ਰਾਸ਼ਨ ਕੋਟਾ ਫਰਵਰੀ ਮਹੀਨੇ 'ਚ ਇਕੱਠੇ ਮਿਲੇਗਾ। ਦਰਅਸਲ ਰਾਸ਼ਨ ਡਿਪੂਆਂ 'ਤੇ ਸਸਤੇ ਰਾਸ਼ਨ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਦੀ ਘਾਟ ਕਾਰਨ ਰਾਸ਼ਨ ਕੋਟਾ ਖਰਚ ਥਲਾਕ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਹਿਮਾਚਲ ਦੀ ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸੁੱਖ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਸੂਬੇ ਭਰ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ 2.5 ਲੱਖ ਰਾਸ਼ਨ ਕਾਰਡ ਖਪਤਕਾਰ ਹਨ। ਗੁਲ ਹੀ ਵਿਚ ਸੂਬੇ 'ਚ ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 60 ਹਜ਼ਾਰ ਰਾਸ਼ਨ ਕਾਰਡ ਅਨੁਬਲਾਕ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਸਿਰਫ ਅਸਲੀ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਸਤੇ ਰਾਸ਼ਨ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਦਾ ਲਾਭ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਸੂਬੇ ਦੇ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੀਮਤ 'ਤੇ 31 ਦਲੇਸ਼ ਤੱਕ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦਾ ਅਲਟੀਮੇਟਮ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਪਰ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਬਹੁਤ

ਸਾਰੇ ਰਾਸ਼ਨ ਕਾਰਡ ਧਾਰਕਾਂ ਨੇ ਵਿਭਾਗ ਦੀ ਚਿਤਾਵਨੀ ਨੂੰ ਹਲਕੇ ਵਿਚ ਲਿਆ ਅਤੇ ਨਹੀਂ

ਸਖ਼ਤੀ ਦਿਖਾਈ ਹੈ ਅਤੇ ਅਜਿਹੇ ਸਾਰੇ ਰਾਸ਼ਨ ਕਾਰਡਾਂ ਨੂੰ ਅਸਥਾਈ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਲਾਕ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਡਿਪੂਆਂ ਵਿਚ ਸਸਤੇ ਰਾਸ਼ਨ ਦਾ ਕੋਟਾ ਜਾ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਰਾਸ਼ਨ ਕਾਰਡ ਧਾਰਕਾਂ ਨੇ ਕਰਵਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਸਾਰੇ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਲਈ ਖ਼ੁਸ਼ਖ਼ਬਰੀ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜਨਵਰੀ ਦੇ ਮਹੀਨੇ ਵਿਚ ਪ੍ਰਾਪਤ ਨਾ ਹੋਇਆ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਰਾਸ਼ਨ ਕੋਟਾ ਖਤਮ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਦੋ ਮਹੀਨਿਆਂ ਦਾ ਰਾਸ਼ਨ ਫਰਵਰੀ ਵਿਚ ਇਕੱਠਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸੁੱਖ ਵੱਲੋਂ ਬਜਟ ਸ਼ੇਸ਼ਨ 'ਚ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਤੇਲ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਐਲਾਨ ਵੀ ਇਸ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਮੰਗ ਅਨੁਸਾਰ ਤੇਲ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਲਈ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਲਈ ਵਿਆਹਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਮਾਗਮਾਂ ਦੇ ਕਾਰਡ ਦਿਖਾਉਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਹੁਣ ਖੁਰਾਕ ਸਪਲਾਈ ਵਿਭਾਗ ਦਾ ਦਾਅਵਾ ਹੈ ਕਿ ਸੁੱਖ ਦਾ ਤੇਲ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਬਾਜ਼ਾਰ ਮੁੱਲ ਨਾਲੋਂ 30 ਤੋਂ 35 ਰੁਪਏ ਸਸਤਾ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਯੋਜਨਾ ਤਹਿਤ ਡਿਪੂ ਨੂੰ ਤੇਲ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਫਰਵਰੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਹਫ਼ਤੇ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ।

## ਲਿਟਰੇਚਰ ਫੈਸਟੀਵਲ 'ਚ ਅਕਸ਼ਾ ਮੂਰਤੀ ਅਤੇ ਸੁਧਾ ਮੂਰਤੀ ਵਿਚਕਾਰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਗੱਲਬਾਤ, ਰਿਸ਼ੀ ਸੁਨਕ ਵੀ ਰਹੇ ਮੌਜੂਦ

ਦੋਸ਼ੀਆਂ ਜੈਪੁਰ 5 ਫਰਵਰੀ। ਜੈਪੁਰ ਲਿਟਰੇਚਰ ਫੈਸਟੀਵਲ ਦੇ ਤੀਜੇ ਦਿਨ ਸਾਬਕਾ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਰਿਸ਼ੀ ਸੁਨਕ ਦੀ ਪਤਨੀ ਅਕਸ਼ਾ ਮੂਰਤੀ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਾਂ, ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਲੇਖਿਕਾ ਅਤੇ ਪਰਉਪਕਾਰੀ ਸੁਧਾ ਮੂਰਤੀ ਨੇ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸੈਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਅਤੇ ਪਰਵਾਸ ਬਾਰੇ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਗੱਲ ਕੀਤੀ। ਮਾਈ ਮਦਰ, ਮਾਈ ਲਾਈਫ- ਸਿਰਲੇਖ ਦੇ ਸੈਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਅਕਸ਼ਾ ਮੂਰਤੀ ਨੇ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਨੂੰ ਸਵਾਲ ਕੀਤਾ ਕਿ ਉਸਨੇ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਉਸਨੂੰ ਪਾਰਟੀ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਕਰਨ ਦਿੱਤੀ। ਇਸ 'ਤੇ ਸੁਧਾ ਮੂਰਤੀ ਨੇ ਮੁਸਕਰਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਜਵਾਬ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਉਸ ਦੇ ਪਿਤਾ ਨਾਸਤਿਕ ਸਨ ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਵਿਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਖਦੇ ਸਨ। ਇਹ ਸੁਣ ਕੇ ਰਾਜਗੀਨ ਨੇ ਤਾੜੀਆਂ ਨਾਲ ਸਵਾਗਤ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਦਿਲਚਸਪ ਗੱਲਬਾਤ ਨੂੰ ਸੁਣਨ ਲਈ ਇੰਡੀਸਿਸ ਦੇ ਸੰਸਥਾਪਕ ਨਰਾਇਣ ਮੂਰਤੀ ਵੀ ਪਹੁੰਚੇ, ਉੱਥੇ ਹੀ ਬ੍ਰਿਟਨ ਦੀ ਸਾਬਕਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਅਤੇ ਅਕਸ਼ਾ ਮੂਰਤੀ ਦੇ ਪਤੀ ਰਿਸ਼ੀ ਸੁਨਕ ਵੀ ਇਸ ਸਮਾਗਮ 'ਚ ਮੌਜੂਦ ਸਨ। ਰਾਜਸਥਾਨ ਦੇ ਮੁੱਖ ਸਕੱਤਰ ਸੁਧਾਸ਼ ਪੰਡਾ ਵੀ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ। ਦਿ ਸੀਟੀ ਬੁਰ ਹਰ ਆਈਓ: ਵਾਇਸ ਆਨ ਸੈਕਸ਼ਨਲ ਹਰਾਸਮੈਂਟ ਇਨ ਇੰਡੀਆ- 'ਤੇ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਚਰਚਾ ਵੀ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤੀ

ਗਈ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ, ਜੇ-ਪਾਲ ਏਸ਼ੀਆ ਦੁਆਰਾ ਇੱਕ ਸਰਵੇਖਣ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਕਿ: 1. ਜੈਪੁਰ ਵਿੱਚ ਹਰ ਦੇ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਅੰਤਰ ਜਿਨਸੀ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਦਾ ਕਾਰਜਪ੍ਰਣਾਲੀ ਬਾਰੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਯਕੀਨ ਨਹੀਂ ਹੈ। -ਸਾਨੂੰ ਠੋਸ ਡੇਟਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਉਸਨੇ ਕਿਹਾ ਸਰਵੇਖਣ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ, ਪਰ ਬੇਤਰਤੀਬੇ ਅਜ਼ਮਾਇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੈਪੁਰ ਲਿਟਰੇਚਰ ਫੈਸਟੀਵਲ 'ਚ ਇਸ ਚਰਚਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅੰਤਰਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਨਵੀਂ ਬਹਿਸ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ 'ਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਲੁੱਟ-ਖੋਹ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ 5 ਫਰਵਰੀ। ਥਾਣਾ ਪੁਰਾਣਾ ਸ਼ਾਲਾ ਦੀ ਪੁਲਸ ਨੇ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਲੁੱਟ ਖੋਹ ਕਰਨ ਦੇ ਦੋਸ਼ਾਂ ਹੇਠ 3 ਅਣਪਛਾਤੇ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ ਸਵਾਰਾਂ ਖਿਲਾਫ ਮਾਮਲਾ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਪੁਲਸ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਵਿਚ ਬਖਸੀਸ ਮਸੀਹ ਪੁੱਤਰ ਅਨਾਇਤ ਮਸੀਹ ਵਾਸੀ ਖਿੱਚੀਆ ਥਾਣਾ ਮੁਕੇਰੀਆ ਜਾਣਿਆ ਹੁਸ਼ਿਆਰਪੁਰ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ 29 ਜਨਵਰੀ ਨੂੰ ਉਹ ਅਜਿਹੇ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ ਨੰਬਰ ਪੀਥੀ06ਜੇ9956 ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਖਿੱਚ ਕੇ ਲੈ ਕੇ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਪਿੰਡ ਬਠਾਦਰ ਮੋੜ ਤੋਂ ਬੜਾ ਪਿੰਡੇ ਸੀ ਕਿ ਬਿਨਾਂ ਨੰਬਰ ਵਾਲੇ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ 'ਤੇ ਤਿੰਨ ਨੌਜਵਾਨ ਸਵਾਰ ਹੋ ਕੇ ਆਏ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਦਾਤਰ ਅਤੇ ਕਿਰਚ ਕੱਢ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਡਰਾ ਧਮਕਾ ਕੇ ਉਸ ਕੋਲੋਂ ਇੱਕ ਮੋਬਾਇਲ ਫੋਨ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਇੱਕ ਸਿਮ, ਪਲਸ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਅਧਾਰ ਕਾਰਡ , ਪੈਨ ਕਾਰਡ , ਏ.ਟੀ.ਐਮ -02 ਐਕਸਿਸ ਬੈਂਕ , 5000/- ਰੁਪਏ ਕੈਸ ਖੋਹ ਕੇ ਲੈ ਗਏ। ਪੁਲਸ ਨੇ ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਵਿਚ 3 ਅਣਪਛਾਤੇ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ ਸਵਾਰਾਂ ਖਿਲਾਫ ਮਾਮਲਾ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਰਿਸ਼ਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। 2. ਇਹ ਅੰਕੜਾ ਦਿੱਲੀ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਵੀ ਹੇਠਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਤਿੰਨ ਵਿੱਚੋਂ ਦੋ ਅੰਤਰਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਅਰੁਣਾ ਰਾਏ ਨੇ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿਧੀ 'ਤੇ ਸਵਾਲ ਉਠਾਏ ਹਨ ਇਸ ਸਰਵੇਖਣ ਬਾਰੇ ਟਿੱਪਣੀ ਕਰਦਿਆਂ ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਅਰੁਣਾ ਰਾਏ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਇਸ ਦੀ

## ਬਿਲਡਰਾਂ ਨੇ ਸਵਾਮੀ ਫੰਡ-2 ਦੇ ਐਲਾਨ ਦੀ ਕੀਤੀ ਸ਼ਲਾਘਾ, ਬਜਟ ਨੂੰ ਉਮੀਦਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਦੱਸਿਆ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 5 ਫਰਵਰੀ। ਗੈਰ-ਅਸਟੇਟ ਖੇਤਰ ਦੇ ਟਾਪ ਬਾਡੀਜ਼ ਕੋਡਾਈ ਅਤੇ ਨਾਰੋਡਕੋ ਨੇ ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਨੂੰ ਰੁਕੇ ਹੋਏ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਪ੍ਰਾਜੈਕਟਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ 15,000 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੇ ਸਵਾਮੀ ਫੰਡ-2 ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਦੀ ਸ਼ਲਾਘਾ ਕੀਤੀ। ਦੋਵਾਂ ਸੰਗਠਨਾਂ ਨੇ ਹਾਲਾਂਕਿ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਦਯੋਗ ਨੂੰ ਆਮ ਬਜਟ ਤੋਂ ਕਾਫੀ ਉਮੀਦਾਂ ਸਨ, ਜਿਸ 'ਚ ਘਰ ਕਰਜ਼ੇ 'ਤੇ ਚੁਕਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਵਿਆਜ 'ਤੇ ਟੈਕਸ ਛੋਟ 'ਚ ਵਾਧੇ ਅਤੇ ਕਿਰਾਇਤੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਸੈਕਟਰ ਨੂੰ ਬੜਾਵਾ ਦੇਣ ਲਈ ਰਿਆਇਤਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਸ ਲਿਹਾਜ਼ ਨਾਲ ਬਜਟ ਉਮੀਦਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੋਡਾਈ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਬੋਮਨ ਏਗਰਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ 12 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਤੱਕ ਦੀ ਕਮਾਈ 'ਤੇ ਟੈਕਸ ਦੀ ਛੋਟ, ਨਾਲ ਹੀ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਟੀ. ਡੀ. ਐੱਸ. ਹੱਦ ਨੂੰ 2.4 ਲੱਖ ਤੋਂ ਵਧਾ ਕੇ 6 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਕਰਨ ਨਾਲ ਖਰਚ ਕਰਨ ਲਾਇਕ ਕਮਾਈ ਵਧੇਗੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਘਰ ਦੀ ਮੰਗ ਅਤੇ ਵਿਵਸਥਾ ਖਪਤ ਨੂੰ ਬੜਾਵਾ ਮਿਲੇਗਾ। ਨਾਰੋਡਕੋ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਜੀ. ਹਰੀ ਬਾਬੂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਨਵੀਂ ਵਿਵਸਥਾ ਤਹਿਤ 12 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਤੱਕ ਦੀ ਕਮਾਈ ਨੂੰ ਟੈਕਸ ਤੋਂ ਛੋਟ ਦੇਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਮੱਧ ਕਮਾਈ ਵਰਗ ਲਈ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਇਨਸਾਇਟਿਵ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਖੇਤਰ 'ਚ ਨਿਵੇਸ਼ ਨੂੰ ਬੜਾਵਾ ਮਿਲੇਗਾ। ਕੋਡਾਈ ਦੇ ਏਗਰਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਉਪਰਾਲਿਆਂ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਜਿਵੇਂ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਕਰਜ਼ੇ 'ਤੇ ਚੁਕਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਵਿਆਜ 'ਤੇ ਟੈਕਸ ਛੋਟ 'ਚ ਵਾਧਾ ਅਤੇ ਕਿਰਾਇਤੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਸੈਕਟਰ ਨੂੰ ਬੜਾਵਾ ਦੇਣ ਲਈ ਰਿਆਇਤਾਂ ਵਧਾਉਣਾ।

