

ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਹਾ 'ਪੈਰੀਂ ਪੈਣਾ' ਫਿਰ ਦਿਖਾਈ ਪਿਸਤੌਲ, ਲੁਟੇਰੇ ਮਨੀ ਨੌਜਵਾਨ 'ਤੇ ਹਮਲਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਲੁੱਟਣ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਹੇਠ 3 ਨੌਜਵਾਨ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ

ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ

ਜਲੰਧਰ 15 ਮਾਰਚ। ਨੌਜਵਾਨ ਰੋਡ 'ਤੇ ਫਿਲਮੀ ਸਟਾਈਲ ਵਿਚ ਮਨੀ ਐਕਸਚੇਂਜਰ ਦੀ ਦੁਕਾਨ ਚਲਾਉਣ ਵਾਲੇ ਸਾਬਕਾ ਫੌਜੀ ਨੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਰਸੀ ਲੁੱਟਣ ਅਤੇ ਲੁਟੇਰੇ ਤੋਂ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਪਿਸਤੌਲ ਖੋਹ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੜਕ 'ਤੇ ਭਜਾਇਆ। ਭੱਜਦੇ ਲੁਟੇਰਿਆਂ 'ਤੇ ਸਾਬਕਾ ਫੌਜੀ ਨੇ ਲੁਟੇਰਿਆਂ ਦੀ ਹੀ ਪਿਸਤੌਲ ਨਾਲ ਫਾਇਰ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਪਰ ਗੋਲੀ ਨਹੀਂ ਚੱਲੀ। ਫੌਜੀ ਨੇ ਪਿਸਤੌਲ ਭਾਰੀ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਲੁਟੇਰੇ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਮਾਰਨੀ ਚਾਹੀ ਪਰ ਨਿਸਾਨਾ ਖੁੰਝ ਗਿਆ। ਵਾਦਾਦਾ ਦੀ ਸੂਚਨਾ ਪੁਲਸ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਏ. ਐੱਸ. ਪੀ. ਨਾਰਥ ਅਕਸ਼ ਮੀਣਾ ਅਤੇ ਬਾਣਾ ਨੰ. 1 ਦੀ ਪੁਲਸ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਗਈ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਸਾਬਕਾ ਫੌਜੀ ਤਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਹ ਨੌਜਵਾਨ ਰੋਡ 'ਤੇ 'ਕਮਲ ਟੂਰ ਐਂਡ ਟਰੇਵਲਜ਼' ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਪਰਟੀ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਲਗਭਗ 2.54 ਵਜੇ ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦੁਕਾਨ ਵਿਚ ਆਇਆ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 'ਪੈਰੀਂ ਪੈਣਾ' ਕਿਹਾ। ਨੌਜਵਾਨ ਨੇ ਤਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਸ ਦਾ ਯੂਰਪ ਦਾ ਵੀਜ਼ਾ ਲੱਗ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ 600 ਯੂਰੋ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਨੌਜਵਾਨ ਨੇ ਕੁੱਲ ਰਕਮ ਵੀ ਪੱਕੀ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸ ਨੇ ਸਕੈਨ ਮੰਗਿਆ ਅਤੇ ਪੈਸੇ ਸਕੈਨ 'ਤੇ ਪਾਉਣ ਦੀ ਗੱਲ ਕਹੀ। ਤਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੈਸੇ ਟਰਾਂਸਫਰ ਹੋਣ ਦਾ ਕੋਈ ਮੈਸੇਜ ਨਹੀਂ ਆਇਆ ਪਰ ਉਸ ਨੇ 600 ਯੂਰੋ ਗਿਣ ਕੇ ਟੇਬਲ 'ਤੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤੇ। ਮੈਸੇਜ ਨਾ ਆਉਣ 'ਤੇ ਉਸ ਨੇ ਨੌਜਵਾਨ ਨੂੰ ਕੈਸ਼ ਦੇਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਪਰ ਇਸੇ ਦੌਰਾਨ ਉਕਤ ਨੌਜਵਾਨ ਨੇ ਪਿਸਤੌਲ ਕੱਢ ਕੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਕੰਨਪਟੀ 'ਤੇ



ਦਾ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਿਆ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ ਸਟਾਰਟ ਕਰ ਕੇ ਖੜ੍ਹੇ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਬੈਠ ਕੇ ਫਰਾਰ ਹੋ ਗਿਆ। ਸਾਬਕਾ ਫੌਜੀ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਗੋਲੀ ਚਲਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਪਰ ਫਾਇਰ ਨਾ ਹੋਣ 'ਤੇ ਉਸ ਨੇ ਪਿੱਛੇ ਬੈਠ ਕੇ ਫਰਾਰ ਹੋ ਗਿਆ। ਸਾਬਕਾ ਫੌਜੀ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਗੋਲੀ ਚਲਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਪਰ ਫਾਇਰ ਨਾ ਹੋਣ 'ਤੇ ਉਸ ਨੇ ਪਿੱਛੇ ਬੈਠ ਕੇ ਫਰਾਰ ਹੋ ਗਿਆ। ਸਾਬਕਾ ਫੌਜੀ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਗੋਲੀ ਚਲਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਪਰ ਫਾਇਰ ਨਾ ਹੋਣ 'ਤੇ ਉਸ ਨੇ ਪਿੱਛੇ ਬੈਠ ਕੇ ਫਰਾਰ ਹੋ ਗਿਆ।

ਅਤੇ ਲੁਟੇਰੇ 600 ਯੂਰੋ ਲੈ ਕੇ ਫਰਾਰ ਹੋ ਗਏ। ਸਾਬਕਾ ਫੌਜੀ ਤਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਵਾਦਾਦਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸ ਨੇ ਕਈ ਵਾਰ ਪੁਲਸ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕੀਤਾ ਪਰ ਕਿਸੇ ਨੇ ਫੋਨ ਨਹੀਂ ਚੁੱਕਿਆ। ਇਸੇ ਦੌਰਾਨ ਉਸ ਦਾ ਜਾਣਕਾਰ ਪੁਲਸ ਮੁਲਾਜ਼ਮ ਦੁਕਾਨ 'ਤੇ ਆਇਆ, ਜਿਸ ਨੇ ਬਾਣਾ ਨੰ. 1 ਦੀ ਪੁਲਸ ਨੂੰ ਸੂਚਨਾ ਦਿੱਤੀ ਅਤੇ ਫਿਰ ਜਾ ਕੇ ਏ. ਐੱਸ. ਪੀ. ਨਾਰਥ ਅਕਸ਼ ਮੀਣਾ ਅਤੇ ਬਾਣਾ ਨੰ. 1 ਦੇ ਇੰਚਾਰਜ ਰਾਕੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ ਆਪਣੀ ਟੀਮ ਦੇ ਨਾਲ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚੇ। ਪੁਲਸ ਨੇ ਸੀ. ਐੱਸ. ਟੀ. ਵੀ. ਕੈਮਰਿਆਂ ਦੀ ਡੁਟੈਂਸ ਕਵਢਾ ਕੇ ਲੁਟੇਰਿਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਬਾਣਾ ਨੰ. 1 ਦੇ ਇੰਚਾਰਜ ਰਾਕੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਲਦ ਮੁਲਜ਼ਮਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰ ਲਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਸਾਬਕਾ ਫੌਜੀ ਨੇ ਲੁਟੇਰਿਆਂ ਦਾ ਪਿਸਤੌਲ ਪੁਲਸ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਜੋ ਮੌਕਾ ਇਨ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਹੈ ਪਰ ਅਸਲੀ ਨਹੀਂ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਉਸ ਨਾਲ ਫਾਇਰ ਹੋਣ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਸੱਟ ਜ਼ਰੂਰ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਫੌਜ ਵਿਚ 9 ਸਾਲ ਨੌਕਰੀ ਕੀਤੀ। ਵਿਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਵੀਜ਼ਾ ਲੱਗਣ 'ਤੇ ਉਸ ਨੇ ਨੌਕਰੀ ਛੱਡ ਦਿੱਤੀ ਸੀ ਪਰ ਫੌਜ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਸਮੇਂ ਉਹ ਕਾਫੀ ਸਮਾਂ ਜੰਮੂ-ਕਸ਼ਮੀਰ ਵਿਚ ਰਿਹਾ। ਉਸ ਨੂੰ ਸਾਰੀ ਟਰੇਨਿੰਗ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੀ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਅੱਤਵਾਦੀਆਂ ਤੋਂ ਹਥਿਆਰ ਖੋਹਣੇ ਹਨ। ਉਹੀ ਟਰੇਨਿੰਗ ਉਸ ਦੇ ਕੰਮ ਆ ਗਈ। ਸਾਬਕਾ ਫੌਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਦੋਂ ਉਸ ਨੇ ਲੁਟੇਰੇ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਯੂਰੋ ਲਿਜਾਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਤਾਂ ਉਹ ਢਿੱਲਾ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਪਿਸਤੌਲ ਉਸ ਤੋਂ ਹਟਾ ਕੇ ਯੂਰੋ ਚੁੱਕ ਕੇ ਜੇਬ ਵਿਚ ਪਾਉਣ ਲੱਗਾ ਤਾਂ ਮੌਕਾ ਕੇ ਏ ਏ ਉਸ ਨੇ ਪਿਸਤੌਲ ਖੋਹ ਲਿਆ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਬਾਂਹ ਮੌਕੇ ਦੇ ਉਸ ਦੀ ਪਿਸਤੌਲ ਪਿੱਠ 'ਤੇ ਲਾ ਦਿੱਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਲੁਟੇਰਾ ਵੀ ਹੱਟਾ-ਕੱਟਾ ਸੀ, ਜਿਸ ਨੇ ਛੁਡਵਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਵੀ ਕੀਤੀ ਪਰ ਉਸ ਨੇ ਲੁਟੇਰੇ ਨੂੰ ਤਿੰਨ ਤੋਂ ਚਾਰ ਵਾਰ ਕੱਢ 'ਤੇ ਮਾਰਿਆ ਅਤੇ ਫਿਰ ਉਹ ਖੁੱਛ ਛੁਡਾ ਕੇ ਬਾਹਰ ਖੜ੍ਹੇ ਸਾਥੀ ਦੇ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ 'ਤੇ ਬੈਠ ਕੇ ਫਰਾਰ ਹੋ ਗਿਆ।

ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ

ਅਬੋਹਰ 15 ਮਾਰਚ। ਸਥਾਨਕ ਆਰੀਆ ਨਗਰ ਇਲਾਕੇ 'ਚ ਬੀਤੀ ਰਾਤ ਤਿੰਨ ਲੁਟੇਰਿਆਂ ਨੇ ਗਲੀ 'ਚ ਜਾ ਰਹੇ ਇਕ ਨੌਜਵਾਨ ਨੂੰ ਸੜਕ 'ਚ ਰੋਕ ਕੇ ਉਸ ਦੀ ਕੁੱਟਮਾਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਚਾਂਦੀ ਦਾ ਬਰਸਲੋਟ ਅਤੇ ਮੋਬਾਇਲ ਫੋਨ ਖੋਹ ਲਿਆ। ਸਿਟੀ ਬਾਣਾ ਨੰਬਰ-2 ਦੀ ਪੁਲਸ ਨੇ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਦਿਆਂ ਤਿੰਨ ਲੁਟੇਰਿਆਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰ ਲਿਆ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਲਈ ਅਦਾਲਤ 'ਚ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਰਿਮਾਂਡ 'ਤੇ ਲਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਲੁੱਟੇ ਗਏ ਹੋਰ ਵੱਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਸਿਟੀ ਬਾਣਾ ਇੰਚਾਰਜ ਮਨਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਵਰਿਆਮ ਨਗਰ ਨੰਬਰ 2 ਸੱਚਾ ਸੱਚਾ ਦੇ ਹਰਿਣ ਵਾਲੇ ਨੌਜਵਾਨ ਕੁਮਾਰ ਪੁੱਤਰ ਰਾਮ ਨਰੇਸ਼ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਸੀ ਕਿ ਬੀਤੀ ਰਾਤ ਲਗਭਗ 9:30 ਵਜੇ ਜਦੋਂ ਉਹ ਆਰੀਆ ਨਗਰ ਵਿਚ ਸੀ ਤਾਂ ਤਿੰਨ ਲੁਟੇਰਿਆਂ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਲੁੱਟਣ ਦੇ ਇਰਾਦੇ ਨਾਲ ਸੜਕ 'ਤੇ ਰੋਕਿਆ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਉਸ 'ਤੇ ਹਮਲਾ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਉਸ ਦਾ ਮੋਬਾਇਲ ਫੋਨ ਅਤੇ ਇਕ ਚਾਂਦੀ ਦਾ ਬਰਸਲੋਟ ਜਿਸ ਦੀ ਕੀਮਤ ਕਰੀਬ 14,000 ਰੁਪਏ ਹੈ, ਖੋਹ ਲਿਆ। ਉਸ ਨੇ ਇਸ ਸਬੰਧੀ

ਪੁਲਸ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਰਜ ਕਰਵਾਈ। ਬਾਣਾ ਇੰਚਾਰਜ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੁੱਟ ਦੀ ਸੂਚਨਾ ਮਿਲੀ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਜਾਂਚ ਲਈ ਪੁਲਸ ਟੀਮਾਂ ਬਣਾਈਆਂ। ਜਾਂਚ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪੁਲਸ ਟੀਮ ਨੇ ਇਸ ਲੁੱਟ ਨੂੰ ਅੰਜਾਮ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਵਿਕਾਸ ਉਰਫ਼ ਸੁਲਲ ਪੁੱਤਰ ਰਮੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ ਵਾਸੀ ਆਰੀਆ ਨਗਰ ਗਲੀ ਨੰਬਰ 2, ਹਨੀ ਉਰਫ਼ ਰਾਝਾ ਪੁੱਤਰ ਵਿਜੇ ਕੁਮਾਰ ਅਤੇ ਵਰੁਣ ਪੁੱਤਰ ਸੁਰਿੰਦਰ ਕੁਮਾਰ ਵਾਸੀ ਠਾਕਰ ਆਬਾਦੀ ਗਲੀ ਨੰਬਰ 11-12 ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰ ਲਿਆ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਖ਼ਾਲਫ਼ ਮਾਮਲਾ ਦਰਜ ਕੀਤਾ। ਬਾਣਾ ਇੰਚਾਰਜ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪੁਲਸ ਟੀਮ ਨੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਕੋਲੋਂ ਖੋਹਿਆ ਹੋਇਆ ਚਾਂਦੀ ਦਾ ਬਰਸਲੋਟ ਅਤੇ ਮੋਬਾਇਲ ਫੋਨ ਵੀ ਬਰਾਮਦ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ।



ਪੁਲਸ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਰਜ ਕਰਵਾਈ। ਬਾਣਾ ਇੰਚਾਰਜ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੁੱਟ ਦੀ ਸੂਚਨਾ ਮਿਲੀ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਜਾਂਚ ਲਈ ਪੁਲਸ ਟੀਮਾਂ ਬਣਾਈਆਂ। ਜਾਂਚ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪੁਲਸ ਟੀਮ ਨੇ ਇਸ ਲੁੱਟ ਨੂੰ ਅੰਜਾਮ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਵਿਕਾਸ ਉਰਫ਼ ਸੁਲਲ ਪੁੱਤਰ ਰਮੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ ਵਾਸੀ ਆਰੀਆ ਨਗਰ ਗਲੀ ਨੰਬਰ 2, ਹਨੀ ਉਰਫ਼ ਰਾਝਾ ਪੁੱਤਰ ਵਿਜੇ ਕੁਮਾਰ ਅਤੇ ਵਰੁਣ ਪੁੱਤਰ ਸੁਰਿੰਦਰ ਕੁਮਾਰ ਵਾਸੀ ਠਾਕਰ ਆਬਾਦੀ ਗਲੀ ਨੰਬਰ 11-12 ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰ ਲਿਆ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਖ਼ਾਲਫ਼ ਮਾਮਲਾ ਦਰਜ ਕੀਤਾ। ਬਾਣਾ ਇੰਚਾਰਜ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪੁਲਸ ਟੀਮ ਨੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਕੋਲੋਂ ਖੋਹਿਆ ਹੋਇਆ ਚਾਂਦੀ ਦਾ ਬਰਸਲੋਟ ਅਤੇ ਮੋਬਾਇਲ ਫੋਨ ਵੀ ਬਰਾਮਦ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ।

ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਨਹੀਂ ਰੁਕ ਰਹੀਆਂ ਬੇਅਦਬੀ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ! ਹੁਣ ਬਾਬਾ ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨਗਰ ਤੋਂ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਮਾਮਲਾ

ਬਠਿੰਡਾ 15 ਮਾਰਚ। ਬਾਬਾ ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨਗਰ ਵਿਚ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਨੇੜੇ ਕਿਸੇ ਅਣਪਛਾਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵੱਲੋਂ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਦੀ ਬੇਅਦਬੀ ਕਰਨ ਦਾ ਮਾਮਲਾ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਹੈ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਨੁਸਾਰ ਕਿਸੇ ਨੇ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਅੰਗ ਫਾੜ ਕੇ ਇਧਰ-ਉਧਰ ਸੁੱਟ ਦਿੱਤੇ। ਸਵੇਰੇ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ ਮੱਥਾ ਟੇਕਣ ਆਈ ਸੰਗਤ ਨੇ ਜਦੋਂ ਇਹ ਦ੍ਰਿਸ਼ ਦੇਖਿਆ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਕਮੇਟੀ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਬਠਿੰਡਾ 15 ਮਾਰਚ। ਬਾਬਾ ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨਗਰ ਵਿਚ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਨੇੜੇ ਕਿਸੇ ਅਣਪਛਾਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵੱਲੋਂ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਦੀ ਬੇਅਦਬੀ ਕਰਨ ਦਾ ਮਾਮਲਾ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਹੈ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਨੁਸਾਰ ਕਿਸੇ ਨੇ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਅੰਗ ਫਾੜ ਕੇ ਇਧਰ-ਉਧਰ ਸੁੱਟ ਦਿੱਤੇ। ਸਵੇਰੇ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ ਮੱਥਾ ਟੇਕਣ ਆਈ ਸੰਗਤ ਨੇ ਜਦੋਂ ਇਹ ਦ੍ਰਿਸ਼ ਦੇਖਿਆ ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਕਮੇਟੀ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ।

4 ਹਜ਼ਾਰ ਦਾ ਪੈਟਰੋਲ ਪੁਆ ਕੇ ਭੱਜਿਆ ਕਾਰ ਚਾਲਕ, ਰੋਕਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਤਾਂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਇਹ ਕਾਂਡ!

ਇੱਦਰ 15 ਮਾਰਚ। ਮੱਧ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਇੱਦਰ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ 'ਚ ਇਕ ਅਣਪਛਾਤੇ ਕਾਰ ਚਾਲਕ ਦੇ ਖ਼ਾਲਫ਼ 22 ਸਾਲਾ ਪੈਟਰੋਲ ਪੰਪ ਕਮੇਟੀ ਦੀ ਗੈਰ-ਇਰਾਦਤਨ ਹੱਤਿਆ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਹੇਠ ਮਾਮਲਾ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਘਟਨਾ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪੁਲਸ ਦੇ ਇਕ ਅਧਿਕਾਰੀ ਨੇ ਵੀਰਵਾਰ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰ ਰਹੇ ਐੱਸ. ਡੀ. ਓ. ਪੀ. ਦੇਵੇਂਦਰ ਸਿੰਘ ਪੁਰਵੇ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸਾਂਵੇਰ ਥਾਣਾ ਖੇਤਰ 'ਚ ਇਕ ਕਾਰ ਚਾਲਕ ਬੁੱਧਵਾਰ ਤੜਕੇ 4 ਵਜੇ ਦੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਪੈਟਰੋਲ ਪੰਪ 'ਤੇ ਆਪਣੀ ਗੱਡੀ 'ਚ ਪੈਟਰੋਲ ਪ੍ਰਵਾਉਣ ਲਈ ਆਇਆ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੀ ਗੱਡੀ ਵਿਚ 4,000 ਰੁਪਏ ਦਾ ਪੈਟਰੋਲ ਭਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਤੇਜ਼ ਰਫ਼ਤਾਰ ਨਾਲ ਗੱਡੀ ਅੱਗੇ ਵਧਾ ਦਿੱਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪੈਟਰੋਲ ਪੰਪ ਕਮੇਟੀ ਰੋਹਿਤ ਪਰਮਾਰ (22) ਨੇ ਕਾਰ ਦੀ ਬਾਰੀ 'ਚ ਹੱਥ ਪਾ ਕੇ ਉਸ ਤੋਂ ਰੁਪਏ ਮੰਗੇ ਤਾਂ ਗੱਡੀ ਦੇ ਚਾਲਕ ਨੇ ਉਸ ਦਾ ਹੱਥ ਫੜ ਲਿਆ ਅਤੇ ਸ਼ੀਸ਼ਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਉਹ ਦੂਰ ਤੱਕ ਘਿਸੜਦਾ ਚਲਿਆ ਗਿਆ। ਕਾਰ ਚਾਲਕ ਦੀ ਇਸ ਹਰਕਤ ਨਾਲ ਉਸ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ। ਪੁਰਵੇ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਅਣਪਛਾਤੇ ਕਾਰ ਚਾਲਕ ਖ਼ਾਲਫ਼ ਭਾਰਤੀ ਨਿਆਂ ਸੰਗਿਤਾ ਤਹਿਤ ਗੈਰ-ਇਰਾਦਤਨ ਹੱਤਿਆ ਦਾ ਮਾਮਲਾ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਚਸ਼ਮਦੀਦਾਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਕਾਰ 'ਚ 4 ਤੋਂ 5 ਲੋਕ ਸਵਾਰ ਸਨ।

ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਇਸ ਪਿੰਡ 'ਚ ਲੈਪਟੋਪਾਇਰੋਸਿਸ ਦਾ ਪ੍ਰਕੋਪ, ਦੋ ਦਰਜਨ ਬੱਚੇ ਹੋਏ ਸੰਕਰਮਿਤ

ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ
ਮਮਦੋਟ 15 ਮਾਰਚ। ਬਲਾਕ ਮਮਦੋਟ ਦੇ ਸਰਹੱਦੀ ਪਿੰਡ ਹਜ਼ਾਰਾ ਸਿੰਘ ਵਾਲਾ 'ਚ ਲੈਪਟੋਸਪਾਇਰੋਸਿਸ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦਾ ਪ੍ਰਕੋਪ ਲਗਾਤਾਰ ਵੱਧ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪਿੰਡ ਦੇ ਸਰਕਾਰੀ ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਕੂਲ ਦੇ 115 ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਖੂਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦੌਰਾਨ ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਨੂੰ 19 ਬੱਚਿਆਂ 'ਚ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਹੋਈ ਜਦਕਿ ਅੱਤਵਾਦ ਨੂੰ ਹੋਰ 4 ਬੱਚੇ ਇਸ ਬੀਮਾਰੀ ਨਾਲ ਸੰਕਰਮਿਤ ਪਾਏ ਗਏ। ਸਾਵਧਾਨੀ ਵਜੋਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚਾਰਾਂ ਬੱਚਿਆਂ 'ਚ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਸਿਵਲ ਹਸਪਤਾਲ 'ਚ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਦੀ ਮੁੱਢਲੀ ਜਾਂਚ 'ਚ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਸੰਭਾਵਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੂਜ਼ਿਤ ਪਾਣੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਨਾਲ ਫੈਲਿਆ। ਵਿਭਾਗੀ ਟੀਮ ਵੱਲੋਂ ਐਤਵਾਰ ਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਚੌਥੇ ਦਿਨ ਪਿੰਡ 'ਚ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਿਹਤ ਕੈਂਪ ਲਾਇਆ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਦੌਰਾਨ 222 ਆਮ ਪਿੰਡ ਵਾਸੀਆਂ ਅਤੇ 24 ਗਰਭਵਤੀ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ 225 ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਖੂਨ ਦੇ ਸੈਂਪਲ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਚ

ਲਈ ਭੇਜੇ ਗਏ ਹਨ। ਸੀਨੀਅਰ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫ਼ਸਰ ਡਾ. ਰੇਖਾ ਭੱਟੀ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਲੈਪਟੋਸਪਾਇਰੋਸਿਸ ਇਕ ਬੈਕਟੀਰੀਅਲ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੈ, ਜੋ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਚੂਹਿਆਂ ਦੇ ਮਲ-ਮੂਤਰ ਰਾਹੀਂ ਪਾਣੀ 'ਚ ਫੈਲਦਾ ਹੈ। ਦੂਜ਼ਿਤ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਜਾਂ ਉਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ 'ਚ ਆਉਣ ਨਾਲ ਇਹ ਬੀਮਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਸ ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਮੁੱਖ ਲੱਛਣਾਂ 'ਚ ਤੜਫ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ 'ਚ ਦਰਦ, ਸਿਰ ਦਰਦ, ਅੱਖਾਂ 'ਚ ਜਲਨ ਜਾਂ ਖਾਸ਼, ਪੰਜਾਬ ਕਰਨ 'ਚ ਦਿੱਕਤ, ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਦਾਣੇ, ਉਲਟੀਆਂ ਅਤੇ ਦਾੜ੍ਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਪਿੰਡ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਉਥਲਾ ਕੇ ਪੀਣ ਅਤੇ ਸਾਫ-ਸਫਾਈ ਦਾ ਖਾਸ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਡਾ. ਰੇਖਾ ਨੇ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਪਿੰਡ 'ਚ ਘਰ-ਘਰ ਜਾ ਕੇ 480 ਮੈਡੀਕਲ ਕਿੱਟਾਂ ਵੰਡੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਮੁੱਢਲੇ ਇਲਾਜ ਦਾ ਸਾਮਾਨ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਪਿੰਡ 'ਚ 24 ਘੰਟੇ ਐਮਬੂਲੈਂਸ ਸੇਵਾਵਾਂ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਈਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਪਿੰਡ ਦੇ ਵਾਟਰ ਵਰਕਸ 'ਚ ਗੱਦੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਮਿਲਾਪ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ 'ਤੇ ਐੱਸ. ਡੀ. ਐੱਮ. ਲਿੰਦੀਆਂ ਨੇ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਦੌਰਾ ਕੀਤਾ। ਜਾਂਚ ਦੌਰਾਨ ਜਿੱਥੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਲੀਕਿੰਗ ਮਿਲੀ, ਉੱਥੇ ਤੁਰੰਤ ਮੁਰੰਮਤ ਦਾ ਕੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਵਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਤਾਂ ਜੋ ਦੂਜ਼ਿਤ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਰੋਕੀ ਜਾ ਸਕੇ। ਵਾਟਰ ਵਰਕਸ ਤੋਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਲੱਛੇ ਗਏ ਪਾਣੀ ਦੇ ਸੈਂਪਲ ਵੀ ਜਾਂਚ ਲਈ ਭੇਜੇ ਗਏ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਆਉਣੀ ਬਾਕੀ ਹੈ।

ਕਮੇਟੀ ਵੱਲੋਂ ਫੋਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੁਲਸ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਸੂਚਨਾ ਮਿਲਦੇ ਹੀ ਪੁਲਸ ਅਤੇ ਪੁਸ਼ਤਾਨਕ ਅਧਿਕਾਰੀ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚੇ ਅਤੇ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਅੰਗ ਇਕੱਠੇ ਕਰਕੇ ਸਤਿਕਾਰ ਸਹਿਤ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ ਪਹੁੰਚਾਏ। ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਕਮੇਟੀ ਨੇ ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਤਖ਼ਤ ਸ੍ਰੀ ਦਮਦਮਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਜਥੇਦਾਰ ਨੂੰ ਵੀ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤਾ। ਸੂਚਨਾ ਮਿਲਣ ਉਪਰੰਤ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ (ਐੱਸ.ਜੀ.ਪੀ.ਸੀ.) ਦੀ ਇਕ ਟੀਮ ਤਲਵੰਡੀ ਸਾਬ ਸਥਿਤ ਤਖ਼ਤ ਸ੍ਰੀ ਦਮਦਮਾ ਸਾਹਿਬ ਤੋਂ ਬਠਿੰਡਾ ਪਹੁੰਚ ਅਤੇ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਜਾਂਚ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ। ਪੁਲਸ ਵੱਲੋਂ ਅਣਪਛਾਤੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਖ਼ਾਲਫ਼ ਮਾਮਲਾ ਦਰਜ ਕਰ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਅਗਲੀ ਕਾਰਵਾਈ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਬਾਣਾ ਕੋਲ ਨਾ ਦੇ ਇੰਚਾਰਜ ਹਰਜੋਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪੁਲਸ ਸੀ.ਐੱਸ. ਟੀ. ਵੀ. ਕੈਮਰਿਆਂ ਦੀ ਡੁਟੈਂਸ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਰੋਤਾਂ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਤਫ਼ਤੀਬ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਦੋਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਜਲਦੀ ਕਾਬੂ ਕਰ ਲਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਸੁੱਤੇ ਪਏ ਟੱਬਰ ਲਾਗਿਓ ਚੋਰੀ! ਅਲਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਤਾਲੇ ਟੁੱਟ ਲੱਖਾਂ ਦੀ ਨਕਦੀ ਤੇ ਗਹਿਣੇ ਲੈ ਗਏ ਚੋਰ
ਲੁਧਿਆਣਾ 15 ਮਾਰਚ। ਚੋਰਾਂ ਦੇ ਹੌਸਲੇ ਇਸ ਕਦਰ ਬੁਲੰਦ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ ਕਿ ਹੁਣ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੁਲਸ ਦਾ ਕੋਈ ਖੋਫ਼ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ। ਤਾਜ਼ਾ ਮਾਮਲਾ ਵੀ ਆਰ. ਐੱਸ. ਨਗਰ ਵਿਚ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਰਾਤ ਦੇ ਹਨੇਰੇ ਵਿਚ ਖੋਬੇਡ ਚੋਰਾਂ ਨੇ ਇਕ ਘਰ ਨੂੰ ਨਿਸਾਨਾ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਹੋਏ ਲੱਖਾਂ ਦੀ ਚੋਰੀ ਦੀ ਵਾਦਾਦਾ ਨੂੰ ਅੰਜਾਮ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਵਿਚ ਥਾਣਾ ਸਰਾਭਾ ਨਗਰ ਪੁਲਸ ਨੇ ਰਾਜਨ ਮੰਡਲ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ 'ਤੇ ਅਣਪਛਾਤੇ ਲੋਕਾਂ 'ਤੇ ਕੇਸ ਦਰਜ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਨੁਸਾਰ, ਬੀ. ਆਰ. ਐੱਸ. ਨਗਰ ਦੇ ਰਿਹਾਣੇ ਵਾਲੇ ਰਾਜਨ ਮੰਡਲ ਨੇ ਪੁਲਸ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਬਿਆਨ ਵਿਚ ਦੱਸਿਆ ਹੈ ਕਿ ਦਰਮਿਆਨੀ ਰਾਤ ਨੂੰ ਉਹ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਸਮੇਤ ਘਰ ਵਿਚ ਗੁੜੀ ਨੀਂਦੇ 'ਚ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਰਾਤ ਕਰੀਬ 3:30 ਵਜੇ ਜਦੋਂ ਅਚਾਨਕ ਉਸ ਦੀ ਅੱਖ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਤਾਂ ਘਰ ਦਾ ਮੌਜਰ ਦੇਖ ਉਸ ਦੇ ਪੈਰਾਂ ਹੇਠੋਂ ਜ਼ਮੀਨ ਖਿਸਕ ਗਈ। ਉਸ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਰੱਖੀਆਂ ਅਲਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਤਾਲੇ ਟੁੱਟੇ ਹੋਏ ਸਨ ਅਤੇ ਸਾਰਾ ਸਾਮਾਨ ਖਿਲਕਿਆ ਪਿਆ ਸੀ। ਜਾਂਚ ਕਰਨ 'ਤੇ ਪਤਾ ਲੱਗਿਆ ਕਿ ਅਣਪਛਾਤੇ ਚੋਰ ਅਲਮਾਰੀ ਵਿਚ ਰੱਖੀ ਇਕ ਲੱਖ ਦੀ ਨਕਦੀ, ਸੋਨੇ-ਚਾਂਦੀ ਦੇ ਕੀਮਤੀ ਗਹਿਣੇ ਅਤੇ ਚਾਂਦੀ ਦੇ ਸਿੱਕੇ ਚੋਰੀ ਕਰਕੇ ਲੈ ਗਏ। ਚੋਰਾਂ ਨੇ ਇਨੀ ਸਫਾਈ ਨਾਲ ਵਾਦਾਦਾ ਨੂੰ ਅੰਜਾਮ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਭਿਣਕ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਲੱਗੀ। ਘਟਨਾ ਦੀ ਸੂਚਨਾ ਮਿਲਦੇ ਹੀ ਥਾਣਾ ਸਰਾਭਾ ਨਗਰ ਪੁਲਸ ਨੇ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਜਾਂਚ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਪੁਲਸ ਆਸ-ਪਾਸ ਦੇ ਸੀ.ਐੱਸ. ਟੀ. ਵੀ. ਕੈਮਰਿਆਂ ਦੀ ਡੁਟੈਂਸ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਰਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਅਣਪਛਾਤੇ ਮੁਲਜ਼ਮਾਂ ਦਾ ਸੁਰਾਗ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ।

ਖਾੜੀ ਦੇਸ਼ਾਂ 'ਚ ਫਸੇ ਲੱਖਾਂ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਖ਼ਤਰੇ 'ਚ! ਕਾਂਗਰਸ ਨੇ ਕੇਂਦਰ ਨੂੰ ਕੀਤੀ ਖ਼ਾਸ ਅਪੀਲ

ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ
ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ/ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ 15 ਮਾਰਚ। ਭਾਰਤੀ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਕਾਂਗਰਸ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਬੁਲਾਰੇ ਗੋਤਮ ਸੇਠ ਨੇ ਪੱਛਮੀ ਏਸ਼ੀਆ 'ਚ ਵੱਧ ਰਹੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਦੇ ਮੱਦੇਨਜ਼ਰ ਉੱਥੇ ਫਸੇ ਭਾਰਤੀ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਡੂੰਘੀ ਚਿੰਤਾ ਪ੍ਰਗਟਾਈ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰੀ ਡਾ. ਐੱਸ. ਜੈਸ਼ਰੰਜ ਨੂੰ ਖਾੜੀ ਦੇਸ਼ਾਂ, ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਯੂ. ਏ. ਏ. ਦੀ 'ਚ ਹਵਾਈ ਐਂਡਰਾਂ ਅਤੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਇਲਾਕਿਆਂ ਨੇੜੇ ਰਹੇ ਧਮਾਕਿਆਂ ਕਾਰਨ ਭਾਰਤੀਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਤੁਰੰਤ ਦਖਲ ਦੇਣ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਗੋਤਮ ਸੇਠ ਨੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੱਖਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਹਰ ਦੂਜੇ

ਦੁਨੀਆ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਹੋਰ ਬੇਲੋੜੀਆਂ ਜੰਗਾਂ ਦੀ ਨਹੀਂ। ਗੋਤਮ ਸੇਠ ਨੇ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀਆਂ ਜਾਰੀ ਕਰਨ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਵੱਧਣ ਅਤੇ ਫਸੇ ਹੋਏ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਦੀ ਵਤਨ ਵਾਪਸੀ ਲਈ ਇੱਕ ਮਜ਼ਬੂਤ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਹੋਮਬਾਊਂਡ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਇੱਕ 24/7 ਨੌਡਲ ਸਪੋਟ ਡੈਸਕ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਤਾਂ ਜੋ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਰੀਅਲ-ਟਾਈਮ ਅਪਡੇਟ ਮਿਲ ਸਕਣ। ਗੋਤਮ ਸੇਠ ਨੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਪ੍ਰਾਪਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨੂੰ ਅਮਰੀਕਾ ਅਤੇ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਦੇ ਨੇਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਨੌਜਵਾਨੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹਥਿਆਰਾਂ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਬਜਾਏ ਭਾਰਤੀ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਦੀ ਜਾਨ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਖਾੜੀ ਦੇਸ਼ਾਂ 'ਚ ਫਸੇ ਲੱਖਾਂ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਖ਼ਤਰੇ 'ਚ! ਕਾਂਗਰਸ ਨੇ ਕੇਂਦਰ ਨੂੰ ਕੀਤੀ ਖ਼ਾਸ ਅਪੀਲ

ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਜੰਗਲ ਰਾਜ, ਸ਼ਰੇਆਮ ਦੁਕਾਨ ਅੰਦਰ ਵੜ ਕੇ ਲੁੱਟ ਕੇ ਲੈ ਗਏ ਨਕਦੀ

ਖਰੜ 15 ਮਾਰਚ। ਖਰੜ ਦੇ ਨੇੜਲੇ ਪਿੰਡ ਤਿਉੜ ਵਿਚ ਬੀਤੀ ਰਾਤ ਇਕ ਦਿਲ ਚੰਗਾ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਲੁੱਟ ਦੀ ਵਾਦਾਦਾ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈ ਹੈ। ਅਣਪਛਾਤੇ ਲੁਟੇਰਿਆਂ ਨੇ ਪਿੰਡ ਦੇ ਕਰਿਆਨੇ ਦੇ ਦੁਕਾਨਦਾਰ ਮੁਕੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ 'ਤੇ ਜਾਨਲੇਵਾ ਹਮਲਾ ਕਰਕੇ ਦੁਕਾਨ ਵਿਚੋਂ 50 ਹਜ਼ਾਰ ਦੀ ਨਕਦੀ ਲੁੱਟ ਲਈ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਆਪਣੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਛੱਡ ਕੇ ਫਰਾਰ ਹੋ ਗਏ। ਮੁਕੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਸ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੁਕਾਨ 'ਤੇ ਉਸਾਬ ਕਿਤਾਬ ਕਰ ਰਿਹਾ ਸੀ ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਦੋ ਅਣਪਛਾਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਮੂੰਹ ਢੱਕ ਕੇ ਦੁਕਾਨ ਵਿਚ ਦਾਖਲ ਹੋਏ। ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਦਾ ਡਰਾਮਾ ਕੀਤਾ ਪਰ ਕੁਝ ਪਲਾਂ ਬਾਅਦ ਹਥਿਆਰਾਂ ਦੀ ਨਕ 'ਤੇ ਨਕਦੀ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਜਦੋਂ ਉਸ ਨੇ ਵਿਰੋਧ ਕੀਤਾ ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਬੇਹਿਮੀ ਨਾਲ ਕੁੱਟਮਾਰ ਕੀਤੀ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਉਹ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਵਿਚ ਜ਼ਖਮੀ ਹੋ ਗਿਆ। ਹਮਲਾਵਰ ਦੁਕਾਨ 'ਚ ਕਾਉਣ ਵਿਚੋਂ ਲਗਭਗ 50 ਹਜ਼ਾਰ ਨਕਦੀ ਲੈ ਕੇ ਮੌਕੇ ਤੋਂ ਭੱਜ ਗਏ। ਹੇਰਾਨੀ ਦੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜਲਦੀ ਵਿਚ ਫਰਾਰ ਹੋਣ

ਦੌਰਾਨ ਲੁਟੇਰੇ ਆਪਣਾ ਇੱਕ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ ਵੀ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਹੀ ਛੱਡ ਗਏ, ਪਿੰਡ ਵਾਸੀਆਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ ਦੀ ਰਜਿਸਟਰੇਸ਼ਨ ਨੰਬਰ ਪਲਟ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਪੁਲਸ ਨੂੰ ਦੱਸੀਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਵਿਚ ਮੁਦਾ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜ਼ਖਮੀ ਮੁਕੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਸਰਕਾਰੀ ਹਸਪਤਾਲ ਖਰੜ ਵਿਚ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ, ਜਿੱਥੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਉਸਦਾ ਇਲਾਜ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਉਸਦੀ ਹਾਲਤ ਗੰਭੀਰ ਦੱਸੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਥਾਣਾ ਸਦਰ ਖਰੜ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੁਨਸ਼ੀ ਅਸ਼ਵਤੀ ਕੁਮਾਰ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਦੀ ਬਾਰੀਗੀ ਨਾਲ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ ਮਾਲਕਾਂ 'ਤੇ 'IT ਵਿਭਾਗ ਦੀ ਤਿੱਖੀ ਨਜ਼ਰ: 408 ਕਰੋੜ ਦੀ ਟੈਕਸ ਚੋਰੀ ਦਾ ਪੁਲਾਸ

ਬਿਜ਼ਨੈਸ ਡੈਸਕ 15 ਮਾਰਚ। ਦੇਸ਼ ਭਰ ਵਿੱਚ ਟੈਕਸ ਚੋਰੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਵਿਭਾਗ ਨੇ ਆਪਣਾ ਸ਼ਿਕੰਜਾ ਕੱਸ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਵਿਭਾਗ ਨੇ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ 22 ਰਾਜਾਂ ਦੇ 46 ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ 62 ਰੈਸਟੋਰੈਂਟਾਂ ਦਾ ਸਰਵੇਖਣ ਕੀਤਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸੁਮਾਰੀ ਤੋਂ ਤੋਂ 408 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੀ ਵਿਗਰੀ ਛਿਪਾਉਣ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਾਰਵਾਈ ਕੋਈ ਆਮ ਜਾਂਚ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਵਿਭਾਗ ਨੇ 19-ਸੰਚਾਲਿਤ ਐਨਾਲੀਟੀਕਲ ਟੂਲਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਲਗਭਗ 1.77 ਲੱਖ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟਾਂ ਦੇ ਡੇਟਾ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਕਿ ਕਈ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ ਆਪਣੀ ਅਸਲ ਕਮਾਈ ਨੂੰ ਲੁਕਾਉਣ ਲਈ ਬਲਕ ਬਿੱਲ ਡਿਲੀਟ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ ਜਾਂ ਰਿਕਾਰਡ ਵਿੱਚ ਹੇਰਾਫੇਰੀ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਜਾਂਚ ਦੌਰਾਨ ਇਹ ਵੀ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਕਿ ਕਈ ਲੋਣ-ਦੇਣ ਨੂੰ ਖਾੜੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਵਿਭਾਗ ਨੇ ਟੈਕਸਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਗਲਤੀਆਂ ਸੁਧਾਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦੇਣ ਲਈ 'ਸੇਕਸ਼ਨ ਨਜ਼' ਨਾਮਕ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮੁਹਿੰਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਮੁਹਿੰਮ ਦੇ ਅਧੀਨ ਪਤਾ ਚਲੇ ਗਏ 63,000 ਰੈਸਟੋਰੈਂਟਾਂ ਨੂੰ ਈਮੇਲ ਅਤੇ ਸੰਦੇਸ਼ ਭੇਜੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਵਿਭਾਗ ਨੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਆਮਦ ਅੱਟ ਦਿਖਾਈ ਹੈ, ਉਹ 31 ਮਾਰਚ 2026 ਤੱਕ ਆਪਣੀ ਇਟਰਨ ਆਪਡੇਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਮੌਕਾ ਇਨਕਮ ਟੈਕਸ ਘੱਟ ਦੀ ਧਾਰਾ 139(81) ਦੇ ਤਹਿਤ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਟੈਕਸਦਾਰ ਸਵੈ-ਇੱਛਾ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਗਲਤੀ ਸੁਧਾਰ ਸਕਣ।

ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਸਰਹੱਦ 'ਤੇ 'ਐਂਟੀ-ਡਰੋਨ' ਤਕਨੀਕ ਫੈਲ! ਪਾਕਿ ਡਰੋਨਾਂ ਦੀ ਘੁਸਪੈਠ ਬਣੀ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਵੱਡੀ ਚੁਣੌਤੀ

ਕੌਮੀ ਪਤ੍ਰਿਕਾ
ਫੜਨ ਵਿਚ ਅਸਮਰੱਥ ਸਾਬਤ ਹੋ ਫੌਜ ਦੇ ਜਜ਼ਬੇ ਅੱਗੇ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਨੂੰ
ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ 15 ਮਾਰਚ। ਭਾਰਤ-ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਸਰਹੱਦ 'ਤੇ ਤਾਇਨਾਤ ਸੁਰੱਖਿਆ ਫੌਜਾਂ ਲਈ 'ਐਂਟੀ-ਡਰੋਨ' ਤਕਨੀਕ ਲਗਾਏ ਜਾਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਡਰੋਨਾਂ ਦੀ ਮੁਵੱਜਬ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ ਇਕ ਟੇਚੀ ਖੀਰ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ। ਆਧੁਨਿਕ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੇ ਦਾਅਵਿਆਂ ਦੇ ਉਲਟ, ਸਰਹੱਦ ਪਾਰੋਂ ਡਰੋਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਨਜ਼ ਅਤੇ ਹਥਿਆਰਾਂ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਲਗਾਤਾਰ ਜਾਰੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਏਜੰਸੀਆਂ ਦੀ ਨੀਂਦ ਉਠਾ ਦਿ

ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਨਿਵੇਸ਼ ਕਰੋ, ਸਰਕਾਰ ਪੂਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨ ਦੇਵੇਗੀ: ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਮਾਨ

ਵਟਾਂਦਰੇ ਸਿੱਧੇ ਦਿਲ ਤੋਂ ਆਈਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਸੀ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਉਦਯੋਗਿਕ ਖੇਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਾਂਝੇ ਜੋਸ਼ 'ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਹਨ। ਉਦਯੋਗਿਕ ਸਮੱਰਿਤੀਆਂ ਦੇ ਸਮੱਰਿਤੀਆਂ ਦੀ ਪੁਰਾਣੀ ਪ੍ਰਥਾ ਹੁਣ ਖਤਮ ਹੋ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਉਦਯੋਗਿਕ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਨਿਵੇਸ਼ਕਾਂ ਦੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਸ ਸੰਮੇਲਨ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ ਹੈ, ਉਹ ਰਾਜ ਦੇ ਸਮਾਜਿਕ-ਆਰਥਿਕ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਭਾਈਵਾਲ ਬਣਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਆਏ ਹਨ। ਇਹ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਤਰੱਕੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਗਤੀ ਨੂੰ ਵਧਾਏਗਾ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਨਵੇਂ ਮੌਕੇ ਪੈਦਾ ਕਰੇਗਾ, ਨਾਲ ਹੀ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਵੀ ਹੁਲਾਰਾ ਦੇਵੇਗਾ। ਸਾਡੀ ਸਰਕਾਰ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਇੱਕ ਜੀਵੰਤ, ਪ੍ਰਗਤੀਸ਼ੀਲ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਸੂਬਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹੈ। ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਅਤੇ ਉਦਯੋਗ 'ਤੇ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਧਿਆਨ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਕੰਮ ਜਲਦੀ ਹੀ ਉਦਯੋਗ ਦੇ ਸਰਗਰਮ ਸਮਰਥਨ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਪੂਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਪਹਿਲੇ ਦਿਨ ਤੋਂ ਹੀ ਮੇਰਾ ਉਦੇਸ਼ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨੌਕਰੀਆਂ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਰਜਾ ਨੂੰ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਲਗਾ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਖੇਤਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ। ਮੈਂ ਉਦਯੋਗਪਤੀਆਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਉਹ ਸੂਬੇ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ

ਵਿੱਚ ਉੱਤਮਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸੂਬੇ ਦੇ ਉਦਯੋਗਾਂ ਅਤੇ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਲਈ ਇੱਕ ਸਥਾਨ ਬਣਾਇਆ ਹੈ। ਉਹ ਦਿਨ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਜਦੋਂ ਪੰਜਾਬ ਉਦਯੋਗਿਕ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਉੱਚ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਰਾਹ 'ਤੇ ਹੋਵੇਗਾ। ਉਦਯੋਗ ਦੇ ਆਗੂਆਂ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ, 'ਮੈਂ ਸੂਬੇ ਦੀ ਵਿਕਾਸ ਕਰਾਣੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਨ ਲਈ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਕਾਰੋਬਾਰੀਆਂ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦਾ ਹਾਂ। ਸਾਡੀ ਸਰਕਾਰ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਇੱਕ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਉਦਯੋਗਿਕ ਅਤੇ ਨਿਰਯਾਤ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਬਦਲਣ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਨਾਲ ਸਾਰਕਰਨ ਲਈ ਅਣਖੀ ਖ਼ਰਚੇ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਮੈਂ ਪੰਜਾਬ ਲਈ ਸੰਪੂਰਨ ਆਰਥਿਕ ਅਤੇ ਵਿੱਤੀ ਸਫਲਤਾ ਅਤੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦੇਵਾਂਗਾ, ਪਰੰਪਰਾ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਦੇ ਨਾਲ, ਇਹ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇੱਕੋ ਤਰੀਕੇ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕੋ ਅਨੁਕੂਲ ਵਾਤਾਵਰਣ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹਾਂ। ਪੰਜਾਬ ਆਪਣੇ ਨਿਰਮਾਣ ਅਤੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਢਾਂਚੇ ਰਾਹੀਂ ਵਿਸ਼ਵਵਿਆਪੀ ਮੁੱਲ ਅਤੇ ਸ਼ਕਤੀ ਲਈ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕੋ ਤਰੀਕੇ ਵਿਕਾਸ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕੋ ਅਨੁਕੂਲ ਵਾਤਾਵਰਣ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਮੌਕੇ

ਕੋਠਿਠ ਮੰਤਰੀ ਸੋਨੀਵ ਅਰੋੜਾ, ਹਰਜਨ ਸਿੰਘ ਈਟੀਐੱਚ ਅਤੇ ਬਿਰਦ ਗੋਇਲ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਮੁੱਖ ਸਕੱਤਰ ਕੋਠੇਪੀ ਸਿਨਹਾ ਅਤੇ ਹੋਰਾਂ ਨੇ ਵੀ ਇਕੱਠੇ ਸੰਬੋਧਨ ਕੀਤਾ।

NAME CHANGE
I, hitherto known as ASHISH KUMAR S/O PURAN LAL R/O 0-48, RAJEEV NAGAR BEGUM PUR, NORTH WEST DELHI, DELHI-110086, have changed my name and shall hereafter be known as RAZA AHMED.

NAME CHANGE
I, ANITA BANSAL W/O PAWAN BANSAL residing at B-504, MAYUR-DHWAJ APARTMENT, I.P. EXT. EAST DELHI-110092 have changed my name to ANITA RANI BANSAL for all future purposes.

NAME CHANGE
I, Sushma D/O Shambhu Prasad Dharamana W/O Vinod Kumar R/O B-6 Police Colony Mandir Marg New Delhi 110001 Have changed my name to Sushma Badola for all future purposes.

NAME CHANGE
I, Sudama Sharma S/O Devi Ram Sharma R/O A-3106 - 107, Sector-16 Rohini, Rohini Sector 15, North West Delhi, Delhi - 110089, have changed the name of my minor son named Yash Sharma aged 15 years and shall hereafter be known as Ayush Sharma.

NAME CHANGE
I, S VANITHA W/O No. 148382838 Rank-HAV/MT Name-NAMEESH P R/o VILL-SIDDHARTH, GHAZIABAD, U.P. Sale Deed dated 03/05/2023 duly registered in the office of SR Dadr, as Doc No. 15787, Book No. 01, Vol No. 23442, Page Nos. 309-330 & Sale Deed dated 03/05/2023 duly registered in the office of SR Dadr, as Doc No. 15786, Book No. 01, Vol No. 23442, Page Nos. 287-308, it is stated that Mr. Rakesh Chandra Aggarwal & Mr. Rakesh Baranwal had purchased above said property as HUF but further they have sold inavulably, now our client is declaring that any other person does not have any right over the said property, which is to be financed by ICICI Home Finance Co. Ltd. Branch: Vaishali, Ghaziabad, Uttar Pradesh-201010 (Contact at 09958871432)

NAME CHANGE
I, SANJAY KUMAR CHOUHARY S/O LATE SH. LAXMAN CHAUDHARY Permanent R/O Parsaun Khindor, Sitamarhi, Bihar-843325 and Presently Residing at Plot No. B-20, Second Floor, Dass Garden, Bapola Vihar, Najafgarh, New Delhi-110043, declare that name of mine has been wrongly written as SANJAY CHOUHARY in my minor daughter namely SHIWANGI CHOUHARY aged 17 years in her 10th class Marksheet. The actual name of mine is SANJAY KUMAR CHOUHARY, which may be amended accordingly.

NAME CHANGE
I, Vinod Kumar S/O Uday Singh residing at Flat NO-G-3/8, NEAR DDA WATER TANK, SECTOR-4, ROHINI, DELHI-110085 have changed my name to VINOD KUMAR KUSHWAHA for all future purposes.

NAME CHANGE
I, DEEPAK KUMAR VERMA S/O PARTAP SINGH residing at H.No.16, Tara Nagar Main Kakrola Road, Kakrola, South West Delhi, Delhi-110076 have changed the name of my minor daughter SHREYA ALIAS SHREYA VERMA aged 13 years, and she shall hereafter be known as SHREYA VERMA.

NAME CHANGE
I, hitherto known as SAMEERA SINGH D/O SUDHIR KUMAR SINGH residing at Flat No.E-1058, River Heights, Raj Nagar, Extension, Tower-15, Ghaziabad, U.P.-201001, have changed my name and shall hereafter be known as SAMEERA SINGH AMETHIA.

NAME CHANGE
I, Sansare Amrut Narayan father of No.4580889H Rank-Hav Name Sansare Ravindra Amrut residing at V.I. Deolali Prvara, Tehsil - Rahuri, District.Ahilyanagar, Maharashtra - 413716 have changed my name from Sansare Amrut Narayan to Amrut Narayan Sansare vide affidavit dated 15/07/2025 executed before Notary Public, Delhi.

NAME CHANGE
I, NO-17007475L Rank-NK Name-JITENDRA GANGWAR S/O LATE NIRANJAN LAL GANGWAR R/O WARD NO-11, MOHALLA GYASPUR, NEAR BANGALI BABA MANDIR, BILASPUR, PILIBHIT, UTTAR PRADESH-262201 have changed my minor son's name from DAKSH GANGWAR to YASH GANGWAR for all future purposes vide Affidavit Dated 05/09/2023 before Notary Public, Delhi.

NAME CHANGE
I, NO-17007475L Rank-NK Name-JITENDRA GANGWAR S/O LATE NIRANJAN LAL GANGWAR R/O WARD NO-11, MOHALLA GYASPUR, NEAR BANGALI BABA MANDIR, BILASPUR, PILIBHIT, UTTAR PRADESH-262201 have changed my minor son's name from DAKSH GANGWAR to YASH GANGWAR for all future purposes vide Affidavit Dated 05/09/2023 before Notary Public, Delhi.

NAME CHANGE
I, Vinod Kumar S/O Uday Singh residing at Flat NO-G-3/8, NEAR DDA WATER TANK, SECTOR-4, ROHINI, DELHI-110085 have changed my name to VINOD KUMAR KUSHWAHA for all future purposes.

NAME CHANGE
I, Jugal Kishor S/O Lila Dhar R/O H.No-196 S/F, Kh.No-619/21, Chattr Pur, South Delhi, Delhi-110074 have changed the name of my minor daughter namely Krishna Devi aged 16 years and she shall hereafter be known as Priya.

NAME CHANGE
I, hitherto known as Farman S/O Akeel Ahmed R/O B 2722/27, Gali No 4, Subhash Mohalla North Ghonda, Garhi Mendu, Bhajan Pura, North East, Delhi-110053 have changed my name and shall hereafter be known as Farman Ahmed.

NAME CHANGE
I, hitherto known as Atif S/O Manzoor Khan R/O 1199-C, 4/F, Gali No-5, Guru Harikrishan School Wali Gali, Kabir Nagar, Gokalpur, North East Delhi, Delhi-110094 have changed my name and shall hereafter be known as Atif Khan.

NAME CHANGE
I, SANTOSH KUMAR S/O VISHVA NATH PRASAD residing at PLOT NO-58859, FLAT NO-B-2, STREET CHOUHANS GARDEN, MATIALA, DELHI-110059 have changed my name to SANTOSH KUMAR GUPTA for all future purposes.

PUBLIC NOTICE
Information is given to general public at large that our client M/s Aspire Buildwell through pro. Mr. Karan Dudeja S/o Mr. Satish Kumar Dudeja is the owner of Freehold Residential Plot area measuring 309.49 sq. mtrs., out of Khata No. 195, Khaska No. 233K (87 sq. mtrs.), & Plot area measuring 108.69 sq. mtrs., out of Khaska No. 232K, Situated at Village -Jalpara, Pargana & Tehsil Dadr, Distt. Gurgaon, Haryana, U.P. Vide Sale Deed dated 03/05/2023 duly registered in the office of SR Dadr, as Doc No. 15786, Book No. 01, Vol No. 23442, Page Nos. 287-308, it is stated that Mr. Rakesh Chandra Aggarwal & Mr. Rakesh Baranwal had purchased above said property as HUF but further they have sold inavulably, now our client is declaring that any other person does not have any right over the said property, which is to be financed by ICICI Home Finance Co. Ltd. Branch: Laxmi Nagar, Delhi. If any person/s has any objection(s) or claim(s) with respect to the right, title or interest in the Said Property then contact us within 07 days from the date of Publication of this notice and if found by any one. Thereafter no claim shall be entertained.

NAME CHANGE
I, ANITA BANSAL W/O PAWAN BANSAL residing at B-504, MAYUR-DHWAJ APARTMENT, I.P. EXT. EAST DELHI-110092 have changed my name to ANITA RANI BANSAL for all future purposes.

PUBLIC NOTICE
I, Jyoti pal W/O Sunil Kumar R/O WZ-125, Village Begumpur, North West Delhi - 110086, declare that name of mine has been wrongly written as Jyoti in my minor daughter Yashika aged 14 years in her school records. The actual name is Jyoti Pal.

NAME CHANGE
I, PUNNAM DEVI Wife of No-14913053K Rank-HAV Name-NARENDER SINGH R/O C-7, LAXMI GARDEN, NAJAFGARH, NEW DELHI-110043 have changed my name from PUNNAM DEVI to POONAM DEVI for all future purposes vide Affidavit Dated 30/09/2023 before Executive Magistrate, Delhi.

NAME CHANGE
I, hitherto known as Akash S/O Makaan Singh Rawat R/O 2087/5, Gali No. 20, Prem Nagar Patel Nagar, Patel Nagar S.O, Central Delhi, Delhi-110008 have changed my name and shall hereafter be known as Akash Rawat.

NAME CHANGE
I, hitherto known as Sanam Kumari W/O Samrajit Gupta R/O E-400-D, Block-E, Ashok Nagar, Vasundhara Enclave, East Delhi, Delhi, Delhi-110096 have changed my name and shall hereafter be known as Sanam Sav.

NAME CHANGE
I, hitherto known as Laxman Yadav alias Bhavikshan Yadav S/O Bechan Yadav R/O Gyan Debra, Post Bechan, Thana Babubari, Ward No-02, Bela, Po Bela, Dist Madhubani, Bihar-847224 have changed my name and shall hereafter be known as Bhavikshna Yadav.

NAME CHANGE
I, PUNNAM DEVI Wife of No-14913053K Rank-HAV Name-NARENDER SINGH R/O C-7, LAXMI GARDEN, NAJAFGARH, NEW DELHI-110043 have changed my name from PUNNAM DEVI to POONAM DEVI for all future purposes vide Affidavit Dated 30/09/2023 before Executive Magistrate, Delhi.

NAME CHANGE
I, NEETAS DEVI Wife of No-3204848W Rank-HAV Name-DHARMENDRA SINGH R/O VILL-BISHUNDHARA, MURSAN, DISTT-HATHRAS, U.P. 204213 have changed my name from NEETAS DEVI to NITESH DEVI for all future purposes vide Affidavit Dated 30/09/2023 before Notary Public, Delhi.

NAME CHANGE
I, Anupama D/O Pradeep Kumar R/O D-754/A, Gali No.1, Ashok Nagar, Shahdara, Delhi-110093 have changed my name to Anupama Chaudhary.

NAME CHANGE
I, Manoj Ram S/O Ram Bilash Ram R/O Flat No-6, Tower-B, Hamelia Street, IRIS, Vastika City, Sector-49, Gurgaon, Haryana-122018, have changed my name to Manoj Kumar For All Purpose.

NAME CHANGE
I, Manoj Ram S/O Ram Bilash Ram R/O Flat No-6, Tower-B, Hamelia Street, IRIS, Vastika City, Sector-49, Gurgaon, Haryana-122018, have changed my name to Manoj Kumar For All Purpose.

ਮਸ਼ਹੂਰ ਪੰਜਾਬੀ ਸਿੰਗਰ ਖਿਲਾਫ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰੀ ਵਾਰੰਟ ਜਾਰੀ !
ਐਂਟਰਟੇਨਮੈਂਟ ਡੈਸਕ 15 ਮਾਰਚ। ਮਸ਼ਹੂਰ ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਬਾਲੀਵੁੱਡ ਰੈਪਰ ਬਾਦਸ਼ਾਹ ਇੱਕ ਵਾਰ ਫਿਰ ਵੱਡੇ ਵਿਵਾਦਾਂ ਵਿੱਚ ਘਿਰ ਗਏ ਹਨ। ਰਹਿਮਤ ਰਾਜ ਮਹਿਲਾ ਕਮਿਸ਼ਨ ਨੇ ਸਖਤ ਰੁਖ ਅਖਤਿਆਰ ਕਰਦਿਆਂ ਬਾਦਸ਼ਾਹ ਖ਼ਿਲਾਫ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰੀ ਵਾਰੰਟ ਜਾਰੀ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਹਨ। ਇਹ ਕਾਰਵਾਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹਾਲ ਹੀ ਵਿੱਚ ਰਿਲੀਜ਼ ਹੋਏ ਗਏ 'ਟੀਟੀਗੋ' ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਮਿਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਤਾਬਕ, ਰਹਿਮਤ ਰਾਜ ਮਹਿਲਾ ਕਮਿਸ਼ਨ ਨੇ ਬਾਦਸ਼ਾਹ ਨੂੰ ਇਸ ਗਾਣੇ ਵਿੱਚ ਵਰਤੀ ਗਈ ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਬੋਲਾਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਸੈਮਨ ਭੇਜ ਕੇ 15 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਪੱਕ ਹੋਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਸੀ ਪਰ ਬਾਦਸ਼ਾਹ ਵੱਲੋਂ ਪੱਕ ਹੋਣ 'ਤੇ ਕਮਿਸ਼ਨ ਨੇ ਹੁਣ ਸਖਤ ਕਦਮ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ। ਕਮਿਸ਼ਨ ਨੇ ਪੁਲਸ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਨੂੰ ਬਾਦਸ਼ਾਹ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰਕੇ ਪੱਕ ਕਰਨ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤੇ ਹਨ। ਨਾਲ ਹੀ ਰੈਪਰ ਦੇ ਵਿਵੇਚਿਤ ਜਾਣ 'ਤੇ ਕੇਂਦਰੀ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰੀ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪਾਸਪੋਰਟ ਜ਼ਬਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਕਮਿਸ਼ਨ ਦੀ ਚੇਅਰਪਰਸਨ ਨੇ ਸਾਫ਼ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਕਲਾ ਦੇ ਨਾਂ 'ਤੇ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਅਸਲੀਲਤਾ ਜਾਂ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਨੂੰ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਬਾਦਸ਼ਾਹ ਦਾ ਨਵਾਂ ਗਾਣਾ 'ਟੀਟੀਗੋ' ਰਿਲੀਜ਼ ਹੋਏ ਹੀ ਵਿਵਾਦਾਂ ਵਿੱਚ ਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਸਮਾਜਿਕ ਜ਼ਬੋਬਦੀਆਂ ਅਤੇ ਮਹਿਲਾ ਅਧਿਕਾਰ ਕਾਰਕੁੰਨਾਂ ਨੇ ਵੱਡਾ ਲਾਇਆ ਕਿ ਗਾਣੇ ਦੇ ਬੋਲ ਗ਼ਰੀਬ ਹੀ ਇਤਰਾਜ਼ਯੋਗ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਗਲਤ ਸੰਦੇਸ਼ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਰਹਿਮਤ ਰਾਜ ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਕਮਿਸ਼ਨ ਦੇ ਹੁਕਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦਿਆਂ ਅਗਲੀ ਕਾਰਵਾਈ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਬਾਦਸ਼ਾਹ ਨਹੀਂ ਹੀ ਜਾਂਚ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰੀ ਤੋਅ ਮੌਜੂਦਾ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

NAME CHANGE
I, hitherto known as JAGANATH KAPUR alias JAVANTI KAPUR W/O RAJ KUMAR KAPUR, R/O Near Dimgar Park, House No. 26, Road No. 14, East Punjabi Bagh, West Delhi, Delhi-110026, have changed my name and shall hereafter be known as JAVANTI KAPUR.

PUBLIC NOTICE
My client Gokul Chand S/o Prabhu Ram and his Wife Maya, H.No- 83, 84, F-4 Block, Sultantpuri, New Delhi- 86, has severed all his relations & connections from his son Rajesh Kumar & disowned his from her all movable and immovable properties. My client shall not be responsible for his any acts.
Shyam Sharma (Adv)

NAME CHANGE
I, BANDHAN ALIAS BAVNEET GODARA S/O SANJAY KUMAR R/O VPO Sardarpur, Tehsil Abohar, Punjab-152116, have changed my name and shall hereafter be known as BAVNEET GODARA.

NAME CHANGE
It is for general information that I, VISHAL SONI S/O SUGHAR SINGH R/O 1338A/8, Gali No.-8, Nearby SK Depot, Govindpur, Kalkaji, Kalkaji, South Delhi, Delhi-110019, declare that name of mine has been wrongly written as VISHAL in my Driving Licence No. DL03 2009024443. The actual name of mine is VISHAL SONI, which may be amended accordingly.

PUBLIC NOTICE
I, IMRAJ S/O SHAKIL, R/O B-29, Nanda Road Adash Nagar North West Delhi-110033, do hereby solemnly affirm and declare that I have embraced HINDUISM RELIGION and renounced ISLAM RELIGION with effect from 07.06.2025

NAME CHANGE
I, Sarve Preet Kaur Kochhar W/O Manpreet Singh Kochhar R/O 10C/80 SFS Flats Green View Apartment Mayapuri Road Hari Nagar West Delhi-110064 Have Change My Given Name Sarvepreet kaur and Surname Kochhar for all purpose.

PUBLIC NOTICE
Public notice is hereby given that my clients Mr. Sushil Kumar and Mr. Rajendra Kumar Tyagi both S/O Manpreet Prakash Tyagi, both R/O Houdi, Village Sadiq Nagar, Near Auto Stand Sihani, Ghaziabad, Uttar Pradesh 201003, are owner of Residential Plot No. 43 & 44, area measuring 200 Square Yards i.e. 167.22 Square Meters out of Khaska No. 459, Khaska No. 233K (87 sq. mtrs.), & Plot area measuring 108.69 sq. mtrs., out of Khaska No. 232K, Situated at Village -Jalpara, Pargana & Tehsil Dadr, Distt. Gurgaon, Haryana, U.P. Vide Sale Deed dated 03/05/2023 duly registered in the office of SR Dadr, as Doc No. 15787, Book No. 01, Vol No. 23442, Page Nos. 287-308, it is stated that Mr. Rakesh Chandra Aggarwal & Mr. Rakesh Baranwal had purchased above said property as HUF but further they have sold inavulably, now our client is declaring that any other person does not have any right over the said property, which is to be financed by ICICI Home Finance Co. Ltd. Branch: Laxmi Nagar, Delhi. If any person/s has any objection(s) or claim(s) with respect to the right, title or interest in the Said Property then contact us within 07 days from the date of Publication of this notice and if found by any one. Thereafter no claim shall be entertained.

NAME CHANGE
I, IMRAJ S/O SHAKIL, R/O B-29, Nanda Road Adash Nagar North West Delhi-110033 has changed my name to RINKU THAKUR

NAME CHANGE
I, NO-17007475L Rank-NK Name-JITENDRA GANGWAR S/O LATE NIRANJAN LAL GANGWAR R/O WARD NO-11, MOHALLA GYASPUR, NEAR BANGALI BABA MANDIR, BILASPUR, PILIBHIT, UTTAR PRADESH-262201 have changed my minor son's name from DAKSH GANGWAR to YASH GANGWAR for all future purposes vide Affidavit Dated 05/09/2023 before Notary Public, Delhi.

PUBLIC NOTICE
Information is given to general public at large that our client M/s Aspire Buildwell through pro. Mr. Karan Dudeja S/o Mr. Satish Kumar Dudeja is the owner of Freehold Residential Plot area measuring 309.49 sq. mtrs., out of Khata No. 195, Khaska No. 233K (87 sq. mtrs.), & Plot area measuring 108.69 sq. mtrs., out of Khaska No. 232K, Situated at Village -Jalpara, Pargana & Tehsil Dadr, Distt. Gurgaon, Haryana, U.P. Vide Sale Deed dated 03/05/2023 duly registered in the office of SR Dadr, as Doc No. 15786, Book No. 01, Vol No. 23442, Page Nos. 287-308, it is stated that Mr. Rakesh Chandra Aggarwal & Mr. Rakesh Baranwal had purchased above said property as HUF but further they have sold inavulably, now our client is declaring that any other person does not have any right over the said property, which is to be financed by ICICI Home Finance Co. Ltd. Branch: Laxmi Nagar, Delhi. If any person/s has any objection(s) or claim(s) with respect to the right, title or interest in the Said Property then contact us within 07 days from the date of Publication of this notice and if found by any one. Thereafter no claim shall be entertained.

NAME CHANGE
I, SALMA KHATUN is legally spouse of No. 15692253W Rank-HAV Name MURTUJA ALI, R/O VILL+POST-ARITHA, TEH-CHAS, THANA-CHANDANKAYRI, DIS-BOKARO, STATE-JHARKHAND, PIN 828134 have changed my name from SALMA KHATUN to SALMA KHATOON for all future purposes. Vide Affidavit Dated 16/07/2025 Before Notary Public New Delhi.

NAME CHANGE
I, ANITA BANSAL W/O PAWAN BANSAL residing at B-504, MAYUR-DHWAJ APARTMENT, I.P. EXT. EAST DELHI-110092 have Change my name to ANITA RANI BANSAL for all future purpose.

PUBLIC NOTICE
I, hitherto known as ASHISH KUMAR S/O PURAN LAL R/O 0-48, RAJEEV NAGAR BEGUM PUR, NORTH WEST DELHI, DELHI-110086, have changed my name and shall hereafter be known as RAZA AHMED.

NAME CHANGE
I, VANANDA is legally spouse of No. 1567177K Rank-HAV Name AMIT KUMAR AWASTHI, R/O H NO-320, KESOOB, PO- KESOOB, DIST-DHAR, MADHYA PRADESH-454001 have changed my name from VANANDA to VANDANA AWASTHI for all future purposes. Vide Affidavit Dated 16/07/2025, Before Notary Public New Delhi.

PUBLIC NOTICE
I, Jyoti pal W/O Sunil Kumar R/O WZ-125, Village Begumpur, North West Delhi - 110086, declare that name of mine has been wrongly written as Jyoti in my minor daughter Yashika aged 14 years in her school records. The actual name is Jyoti Pal.

NAME CHANGE
I, SH ALUTAR SINGH Father of JC-153877X Rank-SUB Name-JAGDEEP BHAGAT SINGH presently residing at VILL-BILTIYA SUKOLI TALLI, PO-DHAUNTIYAL, DIST-PAURI GARHWAL, UTTARAKHAND-246155 have changed my name from SH ALUTAR SINGH to AVTAR SINGH for all future purposes vide affidavit dated 12/03/2024 before Notary Public, Delhi.

NAME CHANGE
I, D BABU father of NO-14842224Y Rank HAV/MT Name-ANOOB P R/O AALAYAM, VILL -KEEZHTHOND-NAKKAL, PO-POTHENCODE, DIST-TRIVANDRUM, KERALA-695584 have changed my name from D BABU to BABU D for all future purposes vide Affidavit Dated 12/03/2024 before Notary Public, Delhi.

NAME CHANGE
I, PUNNAM DEVI Wife of No-14913053K Rank-HAV Name-NARENDER SINGH R/O C-7, LAXMI GARDEN, NAJAFGARH, NEW DELHI-110043 have changed my name from PUNNAM DEVI to POONAM DEVI for all future purposes vide Affidavit Dated 30/09/2023 before Executive Magistrate, Delhi.

NAME CHANGE
I, SH ALUTAR SINGH Father of JC-153877X Rank-SUB Name-JAGDEEP BHAGAT SINGH presently residing at VILL-BILTIYA SUKOLI TALLI, PO-DHAUNTIYAL, DIST-PAURI GARHWAL, UTTARAKHAND-246155 have changed my name from SH ALUTAR SINGH to AVTAR SINGH for all future purposes vide affidavit dated 12/03/2024 before Notary Public, Delhi.

NAME CHANGE
I, MEENA DEVI wife of JC-493248F Rank-NB/SUB Name-RAVINDER KUMAR R/O VPO-MURTHAL, TEH-SOMPAT, DISTT-SOMPAT, HARYANA-131027 have changed my name from MEENA DEVI to MEENA for all future purposes vide Affidavit Dated 11/03/2024 before Notary Public, Delhi.

NAME CHANGE
I, KRISHAN KANTA W/O IC-29820P (Late) Col SHIV KUMAR (Retd.) R/O H-104, VIVEK VIHAR, NEAR KENDRIYA VIHAR-2, SEC-82, NODA, SALARPUR, GAUTAM BUDDHA NAGAR, UTTAR PRADESH-201304 have changed my name from KRISHAN KANTA to KRISHAN KANTA RAMADOL for all future purposes vide Affidavit Dated 12/03/2024 before Notary Public, Delhi.

NAME CHANGE
I, SANJAY KUMAR CHOUHARY S/O LATE SH. LAXMAN CHAUDHARY Permanent R/O Parsaun Khindor, Sitamarhi, Bihar-843325 and Presently Residing at Plot No. B-20, Second Floor, Dass Garden, Bapola Vihar, Najafgarh, New Delhi-110043, declare that name of mine has been wrongly written as SANJAY CHOUHARY in my minor daughter namely SHIWANGI CHOUHARY aged 17 years in her 10th class Marksheet. The actual name of mine is SANJAY KUMAR CHOUHARY, which may be amended accordingly.

NAME CHANGE
I, SH ALUTAR SINGH Father of JC-153877X Rank-SUB Name-JAGDEEP BHAGAT SINGH presently residing at VILL-BILTIYA SUKOLI TALLI, PO-DHAUNTIYAL, DIST-PAURI GARHWAL, UTTARAKHAND-246155 have changed my name from SH ALUTAR SINGH to AVTAR SINGH for all future purposes vide affidavit dated 12/03/2024 before Notary Public, Delhi.

NAME CHANGE
I, ANITA W/O PAWAN BANSAL residing at B-504, MAYUR-DHWAJ APARTMENT, I.P. EXT. EAST DELHI-110092 have changed my name to ANITA RANI BANSAL for all future purpose.

NAME CHANGE
I, SANJAY KUMAR CHOUHARY S/O LATE SH. LAXMAN CHAUDHARY Permanent R/O Parsaun Khindor, Sitamarhi, Bihar-843325 and Presently Residing at Plot No. B-20, Second Floor, Dass Garden, Bapola Vihar, Najafgarh, New Delhi-110043, declare that name of mine has been wrongly written as SANJAY CHOUHARY in my minor daughter namely SHIWANGI CHOUHARY aged 17 years in her 10th class Marksheet. The actual name of mine is SANJAY KUMAR CHOUHARY, which may be amended accordingly.

NAME CHANGE
I, D BABU father of NO-14842224Y Rank HAV/MT Name-ANOOB P R/O AALAYAM, VILL -KEEZHTHOND-NAKKAL, PO-POTHENCODE, DIST-TRIVANDRUM, KERALA-695584 have changed my name from D BABU to BABU D for all future purposes vide Affidavit Dated 12/03/2024 before Notary Public, Delhi.

NAME CHANGE
I, ANITA W/O PAWAN BANSAL residing at B-504, MAYUR-DHWAJ APARTMENT, I.P. EXT. EAST DELHI-110092 have changed my name to ANITA RANI BANSAL for all future purpose.

NAME CHANGE
I, SANJAY KUMAR CHOUHARY S/O LATE SH. LAXMAN CHAUDHARY Permanent R/O Parsaun Khindor, Sitamarhi, Bihar-843325 and Presently Residing at Plot No. B-20, Second Floor, Dass Garden, Bapola Vihar, Najafgarh, New Delhi-110043, declare that name of mine has been wrongly written as SANJAY CHOUHARY in my minor daughter namely SHIWANGI CHOUHARY aged 17 years in her 10th class Marksheet. The actual name of mine is SANJAY KUMAR CHOUHARY, which may be amended accordingly.

NAME CHANGE
I, Jaspreet Singh S/O Jagdeep Singh R/O 52/43 Ramjas Road Near Khalsa college Karol Bagh Delhi -110005 Have Changed My Name To Jaspreet Singh Baweja For All Purpose.

NAME CHANGE
I, ANITA W/O PAWAN BANSAL residing at B-504, MAYUR-DHWAJ APARTMENT, I.P. EXT. EAST DELHI-110092 have changed my name to ANITA RANI BANSAL for all future purpose.

NAME CHANGE
I, SANJAY KUMAR CHOUHARY S/O LATE SH. LAXMAN CHAUDHARY Permanent R/O Parsaun Khindor, Sitamarhi, Bihar-843325 and Presently Residing at Plot No. B-20, Second Floor, Dass Garden, Bapola Vihar, Najafgarh, New Delhi-110043, declare that name of mine has been wrongly written as SANJAY CHOUHARY in my minor daughter namely SHIWANGI CHOUHARY aged 17 years in her 10th class Marksheet. The actual name of mine is SANJAY KUMAR CHOUHARY, which may be amended accordingly.

NAME CHANGE
I, Sandeep Ved S/O Khushi Ram Ved R/O H.No-139/1, B-Block, Street No-3, Qutub Vihar Phase-2, Dwarka, Delhi-110071, Have Changed My Name To Sandeep Vaid For All Purpose

NAME CHANGE
I, ANITA W/O PAWAN BANSAL residing at B-504, MAYUR-DHWAJ APARTMENT, I.P. EXT. EAST DELHI-110092 have changed my name to ANITA RANI BANSAL for all future purpose.

NAME CHANGE
I, SANJAY KUMAR CHOUHARY S/O LATE SH. LAXMAN CHAUDHARY Permanent R/O Parsaun Khindor, Sitamarhi, Bihar-843325 and Presently Residing at Plot No. B-20, Second Floor, Dass Garden, Bapola Vihar, Najafgarh, New Delhi-110043, declare that name of mine has been wrongly written as SANJAY CHOUHARY in my minor daughter namely SHIWANGI CHOUHARY aged 17 years in her 10th class Marksheet. The actual name of mine is SANJAY KUMAR CHOUHARY, which may be amended accordingly.

NAME CHANGE
I, Sandeep Ved S/O Khushi Ram Ved R/O H.No-139/1, B-Block, Street No-3, Qutub Vihar Phase-2, Dwarka, Delhi-110071, Have Changed My Name To Sandeep Vaid For All Purpose

NAME CHANGE
I, ANITA W/O PAWAN BANSAL residing at B-504, MAYUR-DHWAJ APARTMENT, I.P. EXT. EAST DELHI-110092 have changed my name to ANITA RANI BANSAL for all future purpose.

NAME CHANGE
I, SANJAY KUMAR CHOUHARY S/O LATE SH. LAXMAN CHAUDHARY Permanent R/O Parsaun Khindor, Sitamarhi, Bihar-843325 and Presently Residing at Plot No. B-20, Second Floor, Dass Garden,

ਅਖ਼ਬਾਰ

ਭਾਰ ਘੱਟ ਕਰਨ 'ਚ ਮਦਦਗਾਰ

ਅਖ਼ਬਾਰ ਭਾਰ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ 'ਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਰੋਜ਼ ਇਸ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਭਾਰ ਘੱਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੋ ਲੋਕ ਵੱਧ ਰਹੇ ਭਾਰ ਤੋਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਇਸ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਅਨੇਕਾਂ ਡਾਇਟੇ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਅੱਜ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਦੇ ਉਪਾਅ ਦੇ ਬਾਰੇ 'ਚ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।
ਵਧੀਆ ਨੀਂਦ - ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਇਨ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਨੀਂਦ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲਈ ਅਖ਼ਬਾਰ ਰਾਮ ਬਾਣ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਰਾਤ ਨੂੰ ਸੌਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ 1 ਜਾਂ 2 ਅਖ਼ਬਾਰ ਖਾਣ ਨਾਲ ਸਾਰੀ ਬਕਾਵਟ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
ਦਿਲ ਲਈ ਵਧੀਆ - ਇਸ 'ਚ ਪਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਐਂਟੀ ਐਕਸੀਡੈਂਟ ਇਲੈ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੇਵਨ

ਨਾਲ ਦਿਲ ਸੰਬੰਧੀ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀਆਂ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।
ਡਾਇਬਟੀਜ਼ - ਡਾਇਬਟੀਜ਼ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਰੋਜ਼ ਅਖ਼ਬਾਰ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਪਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਪੋਲੀ ਅਨਸਿਚਰੇਟਡ ਤੋਂ ਸੋਨੇ ਵਜਾ ਸਿਹਤ ਲਈ ਵਧੀਆ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
ਤਣਾਅ ਤੋਂ ਦੂਰ - ਅੱਜਕਲ੍ਹ ਦੀ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਤੋਂ 5-4 ਲੋਕ ਤਣਾਅ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਅਖ਼ਬਾਰ ਦੇ ਸੇਵਨ ਨਾਲ ਤਣਾਅ ਤੋਂ ਕਾਫ਼ੀ ਹੱਦ ਤਕ ਰਾਹਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸੇਵਨ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰ ਹੈ।

ਕੋਸ਼ਾ ਪਾਲੀ ਪੀਲ ਦੇ ਫ਼ਾਇਦੇ

ਗਰਮਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਭੱਟ

ਪਾਣੀ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਨ 3 ਵੱਸੇ ਤੋਂ 8 ਤੋਂ 10 ਗਲਾਸ ਪਾਣੀ ਕਾਫ਼ੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਜੇ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਦਿਨ 'ਚ 3 ਤੋਂ 4 ਵਾਰ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਦੀ ਆਦਤ ਪਾਲੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਰੀਰ 'ਚ ਅਨੇਕਾਂ ਰੋਗਾਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਫ਼ਾਇਦਾ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਭਾਰ ਘਟਾਉਣ 'ਚ ਕਾਫ਼ੀ ਮਦਦਗਾਰ ਸਾਬਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਪਾਚਨ ਕਿਰਿਆ ਠੀਕ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਆਓ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਇਸ ਦੇ ਅਣਗਿਣਤ ਫ਼ਾਇਦਿਆਂ ਬਾਰੇ...



ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਆਰਾਮ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਪੇਟ 'ਚ ਦਰਦ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਣ 'ਤੇ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਪੀਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਮੋਟਾਪਾ ਕਰੋ ਕੰਟਰੋਲ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮੋਟਾਪੇ ਤੋਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਹੋ ਅਤੇ ਡਾਇਟਿੰਗ ਅਤੇ ਕਸਰਤ ਨਾਲ ਕੋਈ ਫ਼ਰਕ ਨਹੀਂ ਪੈ ਰਿਹਾ ਤਾਂ ਸਵੇਰੇ ਖ਼ਾਲੀ ਪੇਟ ਕੋਸ਼ਾ ਪਾਣੀ ਪੀਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਓ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਮ ਪਾਣੀ 'ਚ ਲਿੰਬੂ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਦ ਮਿਲਾ ਕੇ ਪੀਓਗੇ ਤਾਂ ਭਾਰ ਘੱਟ ਹੋਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ ਪਰ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਿੰਬੂ ਤੋਂ ਸ਼ਹਿਦ ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ 1 ਗਲਾਸ ਸਾਦਾ ਪਾਣੀ ਪੀ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕਬਜ਼ ਤੋਂ ਰਾਹਤ

ਕਬਜ਼ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਕਬਜ਼ ਦੀ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰ ਤੋੜਨ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕਾ ਕਿ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਖ਼ਾਲੀ ਪੇਟ ਕੋਸ਼ਾ ਪਾਣੀ ਪੀਣਾ ਜਾਣਾ ਹੈ।

ਖੂਨ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਹਿੱਸੇ ਪਦਾਰਥ ਪਿਸ਼ਾਬ ਅਤੇ ਪਸੀਨੇ ਰਾਹੀਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਇਹ ਖੂਨ ਦੀ ਸ਼ੁੱਧੀ ਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸਰਦੀ-ਜ਼ੁਕਾਮ ਤੋਂ ਰਾਹਤ

ਜੇ ਥੋਮੋਸਮ ਚੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੀ ਫ਼ਾੜੀ 'ਚ ਜਕੜ ਅਤੇ ਜ਼ੁਕਾਮ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਰਾਮ ਬਾਣ ਇਲਾਜ ਸਾਬਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਗਲ਼ਾ ਵੀ ਠੀਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ

ਸਰੀਰ ਕਰੋ ਡੀਟਾਕਸ

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਡੀਟਾਕਸ ਕਰਨ 'ਚ ਵੀ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਅਸੁਖੀਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਸਾਫ਼ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਵੱਧਦਾ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਪਸੀਨਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਮਾਧਿਅਮ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਅਸੁਖੀਆਂ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਹਰ ਵੇਲੇ ਨਜ਼ਰ ਆਓ ਜਵਾਨ

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਸਿਰਫ਼ ਸਿਹਤ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਸੁੰਦਰਤਾ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਕਈ ਫ਼ਾਇਦੇ ਵੀ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਚਮੜੀ 'ਚ ਕਸਾਅ ਆਉਣ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਚਮੜੀ ਚਮਕਦਾਰ ਹੋਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਚਿਹਰੇ ਦੀਆਂ ਝੁਰੜੀਆਂ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਗਾਇਬ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਵਾਲਾਂ ਲਈ ਫ਼ਾਇਦੇਮੰਦ

ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਲ਼ੀ ਲਈ ਬਹੁਤ ਫ਼ਾਇਦੇਮੰਦ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਵਾਲ਼ ਚਮਕਦਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗ੍ਰੈਬ ਵੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧਦੀ ਹੈ।

ਐਨਰਜੀ ਵਧਾਓ

ਫ਼ਿੱਕ ਪੀਣ ਦੀ ਥਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਸ਼ਾ ਪਾਣੀ ਜਾਂ ਲਿੰਬੂ ਪਾਣੀ ਪੀਓਗੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਐਨਰਜੀ ਲੈਵਲ ਵਧੇਗਾ ਅਤੇ ਪਾਚਨ ਸ਼ਕਤੀ ਵੀ ਸਹੀ ਰਹੇਗੀ। 09914062205

ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਖ਼ਾਲ-ਪੀਲ ਤੇ ਪੇਟ ਦੇ ਕੀੜਿਆਂ ਤੋਂ ਰਹੋ ਸਾਵਧਾਨ



ਪਹਰੇਜ਼

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਤੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ, ਫਾਸਟ ਫੂਡ, ਗੰਦੇ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਕਰਨਾ ਆਦਿ ਤੋਂ ਪਹਰੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਣ। ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਨੇਕਾਂ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਦੰਦਾਂ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋਣਾ, ਪੇਟ ਦੇ ਕੀੜੇ ਆਦਿ।

ਘਾਟ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
 • ਬੱਚਿਆਂ 'ਚ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਵੀ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਰੀਰਕ ਵਾਧਾ, ਵਿਕਾਸ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਤੋਂ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਵਿਕਾਸ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਿਖ਼ਤ ਦੇ ਯਾਦ ਕਰਨ ਦੀ ਸਾਹਮਣੀ ਵੀ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
 • ਸਿਰਫ਼ ਇਹ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਭਾਵ ਪੂਰੇ ਪਿੰਡ, ਨਗਰੀ ਜਾਂ ਫਿਰ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਕੀ ਪੂਰੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਬੱਚੇ ਪੇਟ ਦੇ ਕੀੜਿਆਂ ਕਾਰਨ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਅਲਾਮਤਾਂ ਤੋਂ ਸਾਦਾ-ਸਾਦਾ ਲਈ ਬਚੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਵਾਤਾਵਰਨ ਭਾਰੇ ਚੌਰਿਚੌਰੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ 'ਚ ਪੇਟ ਦੇ ਕੀੜੇ ਮਾਰੂ ਵਦਾਈ 'ਅਲਬੋਡਾਜ਼ੈਲੇ', ਕੀ ਬਦੋਲਤ ਪੇਟ ਦੇ ਕੀੜਿਆਂ ਦੇ ਜਗਮੀਆ ਦੀ ਕਮੀ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
 • ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਪੇਟ ਦੇ ਕੀੜਿਆਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਨਾ ਹੋਵੇ ਇਸ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਸਮੇਤ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਖੁੰਝੀਆਂ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਪਖਾਨਾ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਤੇ ਨਹੁੰਆਂ ਦੀ ਸਾਫ਼-ਸਫ਼ਾਈ ਦਾ ਖ਼ਾਸ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
 • ਨੰਗੇ ਪੈਰੀ ਕਈ ਨਹੀਂ ਰੱਖਣੇ ਚਾਹੀਦੇ।
 • ਹਮੇਸ਼ਾ ਪੀਲ ਵਾਲ਼ਾ ਪਾਣੀ ਸਾਫ਼ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬਸ਼ਬੀਆਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖੋ ਕੇ ਵਰਤੋਂ ਆਈ।
 • ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਨਿੱਜੀ ਤੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਇਹ ਵੀ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕੋਈ ਗੰਭੀਰ ਲੱਛਣ ਖ਼ਰਬੇ ਦੇ ਸਿਰਫ਼ ਸਿਖ਼ਤ ਦਿੱਤਾ ਤਾਂ ਨੇੜੇ ਦੇ ਸਰਕਾਰੀ ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

• ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਭੋਜਨ ਸਹੀ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਸੁਖਾਵੇਂ ਵਾਤਾਵਰਨ 'ਚ ਪਰੋਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਦਾਲ, ਰੋਟੀ, ਸਬਜ਼ੀ ਤੇ ਦਹੀਂ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸੰਪੂਰਨ ਭੋਜਨ ਹੈ। ਭੁੱਖ ਸਮੇਂ ਬੱਚਾ ਇਹ ਭੋਜਨ ਸੁਆਦ ਨਾਲ ਖਾਂਦਾ ਹੈ।
 • ਜੇ ਬੱਚਾ ਕੋਈ ਖ਼ਾਸ ਕਿਸਮ ਦਾ ਭੋਜਨ ਨਹੀਂ ਖਾਂਦਾ ਤਾਂ ਉਸ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਇਕੱਠੇ ਨਾ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕਿਸੇ ਦਾ ਲਾਲਚ ਦਿਓ।
 • ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੱਚੇ ਸੋਸਮੀ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਸ਼ੋਕ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਖਾਂਦੇ, ਇਸ 'ਚ ਰਹੀਆਂ ਪੌਦਾਰ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਾਲਕ, ਮੋਥੀ ਆਦਿ ਆਦਿ 'ਚ ਹਿੰਦੂ ਕੇ ਰੋਟੀ ਜਾਂ ਪਰੋਟੀ ਦੇ ਰੂਪ 'ਚ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਖੁਆਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮਿੱਸੀ ਰੋਟੀ, ਮੱਕੀ ਦੀ ਰੋਟੀ, ਜਵਾਰ, ਬਜਰੇ ਦੀ ਰੋਟੀ ਆਦਿ ਦਾ ਸੇਵਨ ਸਿਹਤ ਲਈ

ਬਹੁਤ ਹੀ ਲਾਭਕਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਖਾਣੇ 'ਚ ਬੱਚੇ ਦੀ ਭੁਕੀ ਵੀ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
 • ਤਾਜੇ ਫਲਾਂ ਦੀ ਚਾਟ ਬੱਚੇ ਸ਼ੋਕ ਨਾਲ ਖਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਸੇ ਚਾਟ 'ਚ ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਪੁਰਾਣੀ ਦਾਲ ਮਿਲਾ ਕੇ ਇਸ ਦੀ ਪੌਸ਼ਟਿਕਤਾ ਵਧਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
 • ਬੱਚੇ ਦੀ ਭੁੱਖ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇਕੋ ਜਿਹੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਟੀਵੀ ਅੱਗੇ ਬੈਠਾ ਕੇ ਖਾਣਾ ਪਰੋਸੇ ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਸਮੇਂ ਬੱਚੇ ਦਾ ਧਿਆਨ ਖਾਣੇ ਵੱਲ ਘੁੰਮਦਾ ਤੇ ਟੀਵੀ ਵੱਲ ਖਿੱਚਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
 • ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖਾਣਾ ਬਹੁਤ ਹੀ ਵਧੀਆ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪਰੋਸੇ ਜਿਵੇਂ ਸਲਾਦ, ਜੰਮ, ਚਟਨੀ ਤੇ ਪਕੀਤੇ ਦੀਆਂ ਪੱਤੀਆਂ ਆਦਿ ਨਾਲ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰਹੀਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਨਾਲ ਸਜਾਇਆ ਖਾਣਾ ਵੱਖ ਕੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਇਲ ਅੰਦਰੋਂ ਖੁਸ਼ ਹੋਵੇਗਾ ਤੇ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਨੂੰ ਨੀ ਕਰੇਗਾ।
 • ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਿਮਤ ਪਸੰਦ ਦਾ ਭੋਜਨ ਰੋਜ਼ ਨਹੀਂ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਡਰਬਲੈਂਡ ਤੇ ਮੈਦੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਭੋਜਨ। ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਪੱਖ ਨੂੰ ਧਿਆਨ 'ਚ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਖਾਣੇ 'ਚ ਵੱਧ-ਵੱਧ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਿਆਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
 • ਮਾਂ ਬਾਪ ਨੂੰ ਵੀ ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਇਕਸਾਰਤਾ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਮਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਘਰੇ ਬਣਾਇਆ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਖਾਣ ਲਈ ਕਰੇ ਤੇ ਪਿਤਾ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਈਸਕਰੀਮ ਤੇ ਚੌਕਲੇਟ ਖਣਾ ਕੇ ਖੁਸ਼ ਕਰੇ। ਅਸੀਂ ਕਿ ਮਾਂ-ਬਾਪ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੁਕਤਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਕੇ ਬੱਚਿਆਂ 'ਚ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦੀਆਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਆਦਤਾਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਭਵਿੱਖ ਨੂੰ ਉਜ਼ਲਾ ਕਰਨ 'ਚ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋਵੇਗਾ। 98147-88385

ਤਾਂ ਇਹ ਆਡੇ ਮਿੱਟੀ 'ਚ ਹਲ ਕੇ ਆਪਣੀ ਹੋਰ ਭਰਮਾਰ ਵਧਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਬੱਚੇ ਨੰਗੇ ਪੈਰੀ ਤੁਰਦੇ ਵੇਖੇ ਜਾਂ ਫਿਰ ਗੰਦੇ ਹੱਥਾਂ ਨਾਲ ਰੋਟੀ ਖਾ ਕੇ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਾਗ ਨਾਲ ਗੁਸਤ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪੇਟ ਦੇ ਕੀੜੇ ਜਾਂ ਕੀੜਿਆਂ ਦੇ ਆਡੇ ਮੌਜੂਦ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਪੇਟ ਦੇ ਕੀੜਿਆਂ ਦੀ ਲਾਗ ਹੋਵੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਖਾਨੇ 'ਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੰਤਾਂ ਦੀ ਘਾਟ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਕਾਫ਼ੀ ਬੁਰਾ ਸਾਬਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।



ਪੇਟ ਦੇ ਕੀੜੇ ਪੇਟੇ ਜਾਂ ਪੇਟਾ ਹੋ ਜਾਣ ਇਕ ਮਾਰੂ ਅਲਾਮਤ ਹੈ ਜਿਸ ਸਗੋਂ ਇਕ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਚਾਇਆ ਜਾਵੇ। ਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਹੋਣ ਤੇ ਇਲਾਵਾ ਡਰੋਪਸ਼ਟ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਹੋਰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਅਨੇਕਾਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਪੇਟ 'ਚ ਦਰਦ, ਉਲਟੀਆਂ ਆਉਣੀਆਂ, ਸਿਰ ਚਕਰਾਉਣਾ ਆਦਿ। ਜਿਹੜੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਪੇਟ 'ਚ ਕੀੜਿਆਂ ਦੀ ਲਾਗ ਹੋਵੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਖਾਨੇ 'ਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੰਤਾਂ ਦੀ ਘਾਟ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਕਾਫ਼ੀ ਬੁਰਾ ਸਾਬਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਅਜਿਹੇ ਬੱਚੇ ਇੰਝ-ਉੰਝ ਟੈਟੀ ਬੈਠਦੇ ਹਨ

ਜਦੋਂ ਕਿਡਨੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਵਾਧੂ ਪਦਾਰਥ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲ ਪਾਉਂਦੇ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਮਸ਼ੀਨਾ ਸਹਾਰੇ ਖ਼ੂਨ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਖ਼ੂਨ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਬਾਅਦ 'ਚ ਫਿਰ ਉਸ ਨੂੰ ਵਾਪਿਸ ਅੰਦਰ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕਿੰਨ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਡਾਇਲਿਸਿਸ
ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ
ਹੀਮੋਡਾਇਲਿਸਿਸ : ਇਸ 'ਚ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਮਸ਼ੀਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਇਕ ਵਾਰ 'ਚ 250 'ਚ 300 ਮਿਲੀਲੀ ਖ਼ੂਨ ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਕੇ ਰੱਖ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਫਿਰ ਸਰੀਰ 'ਚ ਵਾਪਸ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਸਿਰਫ਼ ਹਸਪਤਾਲ 'ਚ ਹੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਕਿਉਂ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ

ਕਦੋਂ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪੈਂਦੀ ਹੈ
 ਕਰੋਨਿਕ ਕੀਡਨੀ ਡਿਜੀਜ਼ ਜਾਂ ਕੋਨਿਕ ਕਿਡਨੀ ਡਿਜੀਜ਼ ਕਾਰਨ ਕਰੋਨਿਕ ਕੀਡਨੀ ਡਿਜੀਜ਼ ਹੋਣ 15 ਡੀਸੀ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੀ ਘੱਟ ਹੋ ਜਾਣੇ ਤਾਂ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਡਨੀ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਕਾਰਨ ਸਰੀਰ 'ਚ ਪਾਣੀ ਇਕੱਠਾ ਹੋਣ ਲੱਗੇ ਡਾਟ 'ਫਲੂਡਡ ਐਂਡਰਲੇਡ' ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦਵਾਈ ਦੇ ਕੇ ਦੇਖੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਫ਼ਿਰ ਦਾ ਨਾ ਮਿਲਦਾ 'ਤੇ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਸਰੀਰ 'ਚ ਪੈਟੈਂਸ਼ੀਅਮ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਵੱਧ



ਕਿਡਨੀ ਡਾਇਲਿਸਿਸ
 ਕਈ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਇਮਾਜ 'ਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਕਿਉਂ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕਿਡਨੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਸਮੇਂ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਡਨੀ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ 80- ਤੋਂ 90 ਫ਼ੀਸਦੀ ਘੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲ ਪਾਉਂਦਾ ਤੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਜਮ੍ਹਾਂ ਹੁੰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਬਕਾਵਟ, ਸੋਮ, ਉਲਟੀਆਂ, ਸਾਹ ਫੁਲਣਾ, ਖੂਨ ਦੀ ਘਾਟ, ਰੋਸ ਪੈਰ ਸੌਣ, ਸਰੀਰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਜਾਣਾ ਆਦਿ ਅਨੇਕਾਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

ਡਾ. ਅਮਰੀਕ ਸਿੰਘ ਕੌੜਾ
‘ਆ’ ਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਰੋਜੇ ਬੰਦੇ ਹੀ ਮਹਿੰਮਾ ਕਰਨਗੇ ਤੇ ਡੁੱਬੇ ਬੰਦਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਲੰਬੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਹ ਗੱਲ ਮੈਂ ਦਾਅਵੇ ਨਾਲ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਸਭ ਖਾ ਪੀ ਹੀ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਕੋਈ ਸਰੀਰਕ ਕਸਰਤ ਜਾਂ ਕੋਮਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਜ਼ਿਮਾਦਾਤਰ ਲੋਕ ਬੈਠ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਅਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਡੀ ਉਮਰ ਲੰਬੀ ਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹੇ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਗੱਲਾਂ 'ਤੇ ਅਮਲ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਉਹ ਜਾਣੀਦੇ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚਾਈਏ ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਤਣਾਅ ਮੁਕਤ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰੀਏ...।

ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਸਮਝੀਏ
 ਭੋਜਨ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਭੋਜਨ ਨੂੰ ਪਚਾਉਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਜਿਸ ਦੇ ਸਮੁੱਚੇ ਜਾ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਭੋਜ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦਾ ਭੋਜਨ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੇ ਉਹੀ ਭੋਜਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਫ਼ਰਦਤ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਭੋਜਨ ਕਰਨਾ ਨਾ ਕਰੋ।
 • ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਸਮਝੋ ਕਿ ਖਾਣ ਲਈ ਨਾ ਜੀਉ ਸਗੋਂ ਜੀਉਣ ਲਈ ਖਾਓ। ਘੱਟ ਖਾਓ, ਦੇਖ ਪਖ ਕੇ ਚੰਗਾ ਖਾਓ। ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚਬਾ ਕੇ ਖਾਓ। ਚਬਾ ਕੇ ਖਾਣ ਨਾਲ ਜਲਦੀ ਹੀ ਪਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
 • ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਢਿੱਡ ਕਰੋ ਨਾ ਡਰੋ। ਸਗੋਂ ਭੁੱਖ ਰੱਖ ਕੇ ਖਾਓ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜ਼ਿਮਾਦਾ 'ਚ ਲਣਗੇ ਤਾਂ ਪਚਨ ਨੂੰ ਕਾਫ਼ੀ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਆਵੇਗੀ।
 • ਆਪਣੇ ਖਾਣੇ 'ਚ 60 ਡੀਸੀ ਕੱਚਾ ਭੋਜਨ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ ਜਿਵੇਂ ਮੂਲੀ, ਗਾਜਰ, ਪਾਲਕ, ਖੀਰ, ਬਰੋਕਲੀ, ਟਮਾਟਰ, ਸਲਾਦ ਆਦਿ। ਇਸ ਨਾਲ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਲਾਭ ਮਿਲੇਗਾ।
 • ਕੱਚਾ ਭੋਜਨ ਆਕਸਿਜਨ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਹੁਣ ਅਸੀਂ ਪਕੇ ਭੋਜਨ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਪੱਕਿਆ ਭੋਜਨ 48 ਸਿਟ ਦੇ ਅੰਦਰ-

ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦਾ ਮੰਤਰ



ਅੰਦਰ ਖਾ ਲਓ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਭੋਜਨ ਦੇ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਤੱਤ ਘੱਟ ਹੋਣੇ ਲਗੂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
 • ਚੌਲੀ ਘੋਂਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਇਹ ਭੋਜਨ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਖਾਣ ਯੋਗ ਵੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ।
 • ਫਾਸਟ ਫੂਡ ਤੇ ਮੈਦੇ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨਾ ਖਾਓ। ਸੈਦਾ ਸਾਡੀਆਂ ਆਂਤੜੀਆਂ 'ਚ ਜਾ ਕੇ ਢਿਪਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਸਾਨੂੰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰੋਗ ਲੱਗ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹੋ।
 • ਜ਼ਿਮਾਦਾ ਕਾਰਬੋਹਾਈਡਰੇਟ ਨਾ

ਡਾ.ਅਨਿਲ ਕੁਮਾਰ
 ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੰਦਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਠੰਡਾ-ਤੌਤਾ ਲੱਗਣਾ, ਖੋਜ਼ਾ, ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਕੀੜਾ ਲੱਗਣਾ, ਦੰਦਾਂ ਵਿਚ ਖੂਨ ਆਉਣਾ ਜਾਂ ਫਿਰ ਮਸੂੜਿਆਂ ਵਿਚ ਸੋਜ ਰੋਣੀ, ਦੰਦ ਖਿਲਦੇ ਆਦਿ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਰੀਰ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਨੀਰਸਤਾ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੀ ਅਸਲ ਆਰੰਭਿਕ ਉਦਾ ਸਮਝ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਬੁਢਾਪਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਆਸੀ ਚਿੱਠ ਕੇ ਡੁੱਬ ਖਾ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਦੰਦਾਂ ਵਾਲੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੀ ਰਹਿਮਤ 'ਤੇ ਹੋਏ ਇਹ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਨਕਲੀ ਬੰਢ ਖਣਾ ਕੇ ਡੁੱਬ ਖਾਣ ਦੇ ਯੋਗ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਅਸਲੀ ਤਾਂ ਅਸਲੀ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਦਾ ਮੁੱਲ ਅਸੀਂ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ।
 ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦੰਦ ਕਢਵਾਉਣ ਤੋਂ ਡਰ ਲਗਦਾ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਚੰਗੀ ਖ਼ਬਰ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਅੱਜ ਦੇ ਤਕਨੀਕੀ ਯੁੱਗ ਵਿਚ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋਏ ਦੰਦ ਬਿਨ੍ਹਾਂ ਦਰਦ ਤੋਂ ਕੱਢੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਰੱਖਣ ਲਈ ਡੈਂਟਿਸਟ ਕੋਲ ਜਾਣਾ ਹੀ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਕਈ ਜੀਵਨ ਤੋਂ ਕਈ ਡੈਂਟੀਆਂ-ਸੋਟੀਆਂ ਸਰਜਰੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਗੁਜ਼ਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਫਿਲਿੰਗ, ਡੂਟ ਕੈਨਲ ਟਰੀਟਮੈਂਟ, ਫਿਕਸ ਦੰਦ ਲਗਾਉਣਾ, ਅਕਲ-ਜਾਦ ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਆਦਿ ਕਰਵਾਉਣਾ ਹੁਣ ਆਮ ਜਿਹੀ ਗੱਲ ਹੋ ਗਈ ਹੈ।
 ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੰਦਾਂ ਅਟਰੋਲਿਆ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਜੇ ਅਸੀਂ ਸ ਪਧਾਇਆ ਵਰਗੀ ਸਥਿਤੀ ਆਪਣੇ ਉਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਇਹ ਦੰਦ ਆਪਣੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਕਰਵਾਉਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਅੱਜ ਹਰ ਦੂਜਾ ਵਿਅਕਤੀ ਦੰਦਾਂ ਨਾਲ ਘੋਲ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਘੋਲ ਕਰ ਕੇ ਅਸੀਂ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਇਨਫੇਕਸ਼ਨ ਨੂੰ ਖ਼ਰਾਬ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ। ਘੋਲ ਦੀ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਿ 'ਚਿਰਿ ਰੱਬ ਦਾ ਨਾਂ', ਬੁਸਤ ਨਾ ਬਦਲਦਾ, ਦੰਦਾਂ ਨਾਲ ਬੋਤਲ ਦਾ ਚੱਕਰ ਖੋਲਦਾ, ਕੋਈ ਭਾਰੀ ਵਰਗਿਲ

ਪੇਟ ਦੇ ਕੀੜੇ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਸਮੇਂ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕਿਡਨੀ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਸਮੇਂ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਡਨੀ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ 80- ਤੋਂ 90 ਫ਼ੀਸਦੀ ਘੱਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਪਿਸ਼ਾਬ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲ ਪਾਉਂਦਾ ਤੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਜਮ੍ਹਾਂ ਹੁੰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਬਕਾਵਟ, ਸੋਮ, ਉਲਟੀਆਂ, ਸਾਹ ਫੁਲਣਾ, ਖੂਨ ਦੀ ਘਾਟ, ਰੋਸ ਪੈਰ ਸੌਣ, ਸਰੀਰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਜਾਣਾ ਆਦਿ ਅਨੇਕਾਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

ਤੰਬਾਕੂ, ਜ਼ਰਦਾ, ਸ਼ਰਾਬ, ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਤੇ ਗੁਟਕਾ ਆਦਿ ਉਤਪਾਦ ਸਿਹਤ ਲਈ ਮਿੱਠੇ ਜ਼ਹਿਰ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਮੂੰਹ ਦਾ ਕੈਂਸਰ, ਦੰਦਾਂ 'ਚ ਦਰਦ, ਦੰਦ ਵਾਲੇ ਤੇ ਪੀਲੇ ਵੀ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਪਹਰੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ...

ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ

ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਹੀ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾਓ। ਐਂਟੀ ਘਰ ਬੈਠੇ ਨੀਮ ਗਰਮ ਇਲਾਜ ਨਾ ਕਰੋ। ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਸਵੱਥ ਰੱਖਣ ਲਈ ਬਹੁਤੇ ਵੱਡੇ ਉਪਚਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ। ਬਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਬਦਲਣੀਆਂ ਪੈਣੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਵੀ ਬਹੁਤੀਆਂ ਐਥੀਆਂ ਨਹੀਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਿਨ ਵਿਚ ਦੋ ਵਾਰ ਬੁਸ਼ ਕਰਨਾ।
 ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਬੁਸ਼ ਨੂੰ ਠੀਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਰਨਾ ਤੇ ਹਰ ਖਾਣਾ-ਖਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੁਝੀ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਦੰਦਾਂ ਪਾਣੀ ਗਟਕ ਲੈਣਾ ਵੀ ਠੀਕ ਹੈ। ਤੰਬਾਕੂ, ਜ਼ਰਦਾ, ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਤੇ ਗੁਟਕਾ ਵਰਗੇ ਉਤਪਾਦ ਸਿਹਤ ਲਈ ਮਿੱਠੇ ਜ਼ਹਿਰ ਹਨ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਮੂੰਹ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਤੇ ਦੰਦ ਵਾਲੇ ਤੇ ਪੀਲੇ ਵੀ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਪਹਰੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਨਾ ਰੱਖਣ ਦੀ ਸਜਾ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ, ਸਾਹ ਦੀ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਲਈ ਚਾਹ ਪੱਧਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਸੋ ਅੱਜ ਲੋੜ ਹੈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਸਹੀ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣ ਦੀ ਤਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਸਾਹਮਣੇ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਹੋਸ ਸਕੋ।
 ਜੇ ਦੰਦ ਤੰਦਰੁਸਤ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਫਿਰ ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਸਕਰਾਹਟ ਨੂੰ ਗੁਰਿਣ ਲੱਗਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਲਈ ਅੱਜ ਤੋਂ ਹੀ ਭੋਜਨ ਵਿਚ ਸਲਾਦ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ ਤੇ ਜੰਕ ਫੂਡ ਤੋਂ ਤੋੜਾ ਕਰੋ। ਦੰਦਾਂ 'ਤੇ ਸਿਪਕਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਸੇਵਨ ਨਾ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਸੇਵਨ ਨਾਲ ਦੰਦਾਂ ਨੂੰ ਕਾਫ਼ੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੋਰ ਵੀ ਕਈ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। 9779884393





ਸੰਗੀਤਾ ਭੰਡਾਰੀ, ਲੁਧਿਆਣਾ

ਕੁਝ ਕਹਿੰਦੀ ਐ ਤਸਵੀਰ...

ਤੁਹਾਡੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਅਜਿਹਾ ਹੈ, ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਦਰ ਦੇ ਕਲਾਕਾਰ ਨੂੰ ਹਲੂਣਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਕਲਾਤਮਕ ਨਜ਼ਰੀਏ ਤੋਂ ਦੇਖਣ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਕੈਮਰੇ ਦੀ ਅੱਖ 'ਚ ਲੰਘਾਉਣ ਦੀ ਕਲਾ ਦਾ ਨਾਂ ਹੀ ਹੈ ਫੋਟੋਗ੍ਰਾਫੀ। ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਆਪਣੇ ਸੁਹਜ-ਸਵਾਦ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਕੌਮੀ ਪੱਤ੍ਰਿਕਾ ਦੇ ਪਾਠਕਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਖਿੱਚੀ ਬਿਹਤਰੀਨ ਤਸਵੀਰ ਸਾਨੂੰ ਜਲਦੀ ਆਪਣੇ ਪੂਰੇ ਸਿਰਨਾਵੇਂ ਸਮੇਤ ਭੇਜੋ।



Ugrasim Singh 94656-56214

ਰੇਲ ਜਾਂ ਬੱਸ ਦਾ ਸਫ਼ਰ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸੀਟ 'ਤੇ ਬੈਠਣ ਲੱਗਿਆਂ ਮਰਦ ਸਵਾਰੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਬੈਠਣ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਨੱਕ ਚੜ੍ਹੀ ਪ੍ਰੀਤ, ਮੇਰੇ ਬੱਸ ਅੱਡੇ ਦੇ ਬਾਹਰਵਾਰ ਖੜ੍ਹੀ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਪਹਿਲੀ ਸਰਕਾਰੀ ਬੱਸ ਦੀ ਅਗਲੀ ਬਾਹੀ ਚੜ੍ਹ ਕੇ, ਬੱਸ ਵਿਚ ਖਾਲੀ ਸੀਟਾਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਮਾਰਦੀ ਬੈਠਣ ਲਈ ਸੀਟ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਲੱਗੀ।

ਨਾ ਵੇ ਜਿਉਣ ਜੋਗਿਆ, ਆਹ ਚਾਰ ਕਦਮਾਂ 'ਤੇ ਨਾਨਕਸ਼ਾਹ ਉਤਰ ਜਾਣੇ ਤੇਰੀ ਮਾਵਾ ਵਰਗੀ ਨੇ, ਕਹਿੰਦਿਆਂ ਬੇਬੇ ਅੱਗੇ ਨੂੰ ਹੋਈ। 'ਨਾ-ਨਾ' ਬੇਬੇ, ਮੇਰੀ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਬਣਦੀ, ਤੈਨੂੰ ਕਿਸੇ ਲੈ 'ਜਾਂ, ਇਹ ਨਹੀਂ ਰੁਕਦੀ ਨਾਨਕਸ਼ਾਹ' ਕੰਡਕਟਰ ਰੁੱਖੀ ਜਿਹੀ ਕੰਡਕਟਰੀ ਭਾਸ਼ਾ 'ਚ ਟਿੱਚਰ ਕਰ ਕੇ ਆਪਣੇ ਮੁਖੌਲੀ ਹੋਣ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਬੈਠੀਆਂ ਸਵਾਰੀਆਂ 'ਤੇ ਛੱਡਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਿਆਂ ਬਾਹੀ ਬੰਦ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਿਆ।

ਅੱਗੇ ਕੁਝ ਨਾ ਬੋਲਿਆ। 'ਬੈਂਕ ਵਿਚ ਪ੍ਰੋਬੇਸ਼ਨਲ ਅਫ਼ਸਰ ਦਾ ਟੈਸਟ ਈ ਐ ਨਾ?' ਪ੍ਰੀਤ ਦਾ ਇਕ ਕਹਿ ਰਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਜੇ ਟੈਸਟ ਮੈਂ ਦੇਣ ਜਾ ਰਹੀ ਹਾਂ ਇਹ ਵੀ ਉਹੀ ਟੈਸਟ ਦੇਣ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। 'ਜੀ' ਗਲੇਟੇ ਵਾਂਗ ਉਪੜਦੀ ਕੁੜੀ ਵੇਖ ਵੀ ਨੌਜਵਾਨ ਗੁਰਜੀਤ 'ਤੇ ਕੋਈ ਖ਼ਾਸ ਅਸਰ ਨਾ ਹੋਇਆ।

ਪ੍ਰੀਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੀ ਬਹੁਤ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ ਹੈ। 'ਜੀ' ਕਹਿ ਕੇ ਗੁਰਜੀਤ ਸਿਰਫ਼ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਮੁਸਕਰਾਇਆ। 'ਬੌਝਾ ਕੋਈ ਨਾ ਨਹੀਂ? ਹਰ ਗੱਲ ਦਾ ਜੁਆਬ 'ਜੀ' ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ?' ਕੁੜੀ ਜਿਵੇਂ 'ਜੀ' ਤੋਂ ਇਕ ਗਈ ਹੋਵੇ ਤੇ ਕਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੋਵੇ, 'ਪਹਿਲਾ ਮੁੰਡੇ ਕਰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਨੇ ਡੂੰਡ ਨੀ ਦਿਤਾ'।

ਨਾਲ ਸਬੰਧ ਰਖਦਾ ਸੀ। ਕਿਰਤ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਬਾਪ ਤੋਂ ਸਿੱਖੀ ਉਸ ਨੂੰ ਵਿਰਾਸਤ ਵਿਚ ਮਿਲੀ ਸੀ। ਜਨਮ ਤੋਂ ਹੀ ਉਸਦਾ ਖੱਬਾ ਪੈਰ ਵਿੱਗਾ ਸੀ। ਡਾਕਟਰਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਵੱਡਾ ਹੋ ਕੇ ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਸੀ। ਪਰ ਬਾਪ ਦੀ ਕਮਾਈ ਸਰਾਬ ਵਾਂਗ ਮੂੰਹ ਅੱਡੀ ਘਰ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦਾ ਹੀ ਛਿੱਡ ਭਰਦੀ ਰਹੀ, ਬੱਚੇ ਗੁਰਜੀਤ ਦੇ ਪੈਰ ਦਾ ਅਪਰੇਸ਼ਨ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਨਾ ਪਈ। ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਿਚ ਗੁੰਬਾਇਰ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਵਜ਼ੀਫ਼ਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਕੇ ਆਪਣਾ ਬੋਝ ਉਸ ਨੇ ਆਪ ਚੁੱਕ ਲਿਆ ਸੀ। ਘਰ ਵਿਚ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਵੇਰਾ ਰਹਿਣ ਕਰਕੇ ਉਹ ਆਪਣੇ ਹਾਠੀਆਂ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੀ ਤਕਵਾ ਸੀ। ਸਕੂਲੀ ਖੇਡਾਂ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਕਰਕੇ ਵੀ ਗੁਰਜੀਤ ਅੱਧਿਆਪਕਾਂ ਦਾ ਚਰਚਾ ਸੀ। ਨੈਸ਼ਨਲ ਕਬੱਡੀ ਵਿਚ ਤਾਂ ਉਹ ਹਰੇਕ ਦਾ ਰਿਹਾ ਵਕਰ ਕੇ ਰੋਪੜੀ ਜਿੰਦਗਾ ਬਣ ਜਾਂਦਾ। ਹਰੇਕ ਖਿਡਾਰੀ ਇਕ ਅੰਗੂਠ ਦੇ ਹੱਥ ਫੜੇ ਜਾਣ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਹੱਤਕ ਸਮਝਦਾ। ਪਰ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਦੁਸ਼ਮਣੀਆਂ ਨਾਲ ਖੱਟ ਕਿਵੇਂ ਵੀ ਨਾ ਸਮਝਦਾ। ਦਸਵੀਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸ ਦੇ ਪਿਤਾ ਨੇ ਕਈ ਵਾਰ ਕਿਹਾ ਸੀ, 'ਕਮਲਿਆ ਆਪਾਹ ਦਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਪੱਤਰ ਬਣਾ ਲੈ, ਗੈਰਮਿਟ ਆਪਾਹ ਨੂੰ ਨੌਕਰੀ ਪਹਿਲ ਦੇ ਆਪਾਹ 'ਤੇ ਦੇਂਦੀ ਹੈ!'

ਡਾ. ਕਰਨਲ ਸਿੰਘ ਜੁਗਨ

94636-63404

ਅੱਜ ਕੰਪਿਊਟਰ ਯੁਗ ਹੈ। ਹਰ ਮਾ-ਪਾਪ ਦੀ ਸੋਚ ਹੈ ਕਿ ਉਸਦੀ ਔਲਾਦ ਸਰੀਰਕ ਤੇ ਦਿਮਾਗੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ ਹੋਵੇ। ਤੇਜ਼ ਜ਼ਮਾਨੇ ਦੀ ਦੌੜ ਵਿਚ ਕਿਤੇ ਦੂਸਰਿਆਂ ਤੋਂ ਪਿੱਛੇ ਨਾ ਰਹਿ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਸੋਚ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਮਹਿੰਗੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ ਵਿੱਤੀ ਬਾਰਾ ਖਰਚ ਕਰ ਕੇ ਦਾਖਲਾ ਕਰਾਉਂਦੇ ਤੇ ਪੜ੍ਹਾਉਂਦੇ ਹਨ।



ਦਿਅੰਗ ਸਰਕਾਰ ਨਿਕੰਮੀ ਨਹੀਂ

ਨਵੀਆਂ-ਨਵੀਆਂ ਤੇਜ਼ ਰਫ਼ਤਾਰ ਗੱਡੀਆਂ ਦੇ ਕਹਿਰ ਤੋਂ ਪਬਲਿਕ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਸੜਕਾਂ 'ਤੇ ਪਏ ਟੋਪੇ ਬਹੁਤ ਸਹਾਇਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਆਦਮੀ ਚਾਹੇ ਉਹ ਕਾਰ ਵਾਲਾ ਜਾਂ ਸਕੂਟਰ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇ ਬਹੁਤ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਣਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਐਕਸੀਡੈਂਟ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਘਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਟਰੈਫਿਕ ਪੁਲਿਸ ਟਰੈਫਿਕ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਚੌਕਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਖੜ੍ਹਕੇ ਟਰੈਫਿਕ ਸਿਗਨਲ ਤੋੜਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਚਲਾਨ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸ਼ਿਅਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਖਣ ਕਾਰਨ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਚਲਾਨ ਪੁਲਿਸ ਕਰਕੇ ਸ਼ਿਅਦਾ ਮਸ਼ਹੂਰ ਹੈ। ਲਾਲ ਬੱਤੀ 'ਤੇ ਲੰਘਣ ਵਾਲੇ ਬਹੁਤ ਦੂਰ ਤਕ ਨਿਰਾਮਾ ਮਾਰ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੋਂਦ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਕੇ ਆਪਣਾ ਐਕਸ਼ਨ ਤੈਅ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਰਕਾਰ ਬਹੁਤ ਬਦਿਆਂ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਵੀ ਤੇਜ਼ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਵਾਤਾਵਰਨ ਦੇ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਨੂੰ ਨਾ ਰੋਕਣ ਦਾ ਕਾਰਣ ਵੀ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਰੋਗ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਸ਼ਕਤੀ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਦੀ ਸੋਚ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸਰਕਾਰੀ ਤੌਰ ਆਪਣੇ ਦਿਅੰਗ ਦਿਮਾਗ ਵਾਲੇ ਅਫ਼ਸਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਪਬਲਿਕ ਆਫੀਸਾਂ ਜੋਬਾਂ 'ਤੇ ਡਾਕੇ ਮਾਰਨ ਲਈ ਨਿੱਤ ਨਵੇਂ ਤਰੀਕੇ ਬਠਾਏ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਹਰ ਮਹਿਕਮਾ ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਵਿਚ ਇਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਨੀਵਾਂ ਦਿਖਾਉਣ ਦੀ ਦੌੜ 'ਚ ਲੱਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਵੀ ਸਰਕਾਰੀ ਗੁਪਤ ਨੀਤੀ ਹਰ ਨਾਗਰਿਕ ਨੂੰ ਸਰੀਰਕ ਤੇ ਦਿਮਾਗੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੇਜ਼ ਕਰਨ ਦੀ ਹੀ ਹੈ।

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਸਫ਼ਰ 'ਚ ਕਈ ਵਾਰ ਅਜਿਹੇ ਲੋਕ ਮਿਲਦੇ ਹਨ ਜੋ ਸਦਾ ਲਈ ਦਿਲ 'ਚ ਥਾਂ ਬਣਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਡੁੱਲਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜਿਕ ਹਾਲਾਤ ਅਤੇ ਰੀਤੀ ਰਿਵਾਜ ਉਸ ਨੂੰ ਪਰਵਾਨ ਕਰਨ 'ਚ ਅੜਿੱਕਾ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਕਹਾਣੀ ਦੀ ਪਾਤਰ ਦੀ ਅਜਿਹੀ ਕਸ਼ਮਕਸ਼ ਨੂੰ ਬਿਆਨਦੀ ਹੋ ਇਹ ਕਹਾਣੀ...



ਸਵੈ-ਭਰੋਸੇ ਨਾਲ ਲਬਰੇਜ਼ ਗੁਰਜੀਤ ਨੇ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਅਪਾਹਜ ਕਰੀ ਸਮਝਿਆ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਕਾਮਯਾਬੀ ਦੀਆਂ ਪੌੜੀਆਂ ਚੜ੍ਹਦਾ ਉੱਚੀ ਵਿੱਦਿਆ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਨਿਸ਼ਾਨੇ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹਿਤ ਉਹ ਅੱਜ ਬੈਂਕਿੰਗ ਦੇ ਇਮਤਿਹਾਨ ਲਈ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ।

ਜਗ-ਜਗ ਟੋਪੇ ਪਏ ਹੋਏ ਹਨ। ਹਾਦਸੇ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹਰ ਵਕਤ ਬਣਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਟਰੈਫਿਕ ਦਾ ਬੁਰਾ ਹਾਲ ਹੈ। ਦੇਖੋ ਸਰਕਾਰੀ ਖ਼ਜ਼ਾਨਾ ਖ਼ਾਲੀ ਹੈ। ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਪੁਲਿਸ ਦੀ ਤਰਤੀ ਨਾ ਮੁਮਕਿਨ ਹੈ। ਨਵੀਆਂ-ਨਵੀਆਂ ਤੇਜ਼ ਰਫ਼ਤਾਰ ਗੱਡੀਆਂ ਦੇ ਕਹਿਰ ਤੋਂ ਪਬਲਿਕ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਸੜਕਾਂ 'ਤੇ ਪਏ ਟੋਪੇ ਬਹੁਤ ਸਹਾਇਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹਰ ਆਦਮੀ ਚਾਹੇ ਉਹ ਕਾਰ ਵਾਲਾ ਜਾਂ ਸਕੂਟਰ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇ ਬਹੁਤ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਵਾਹਨ ਚਲਾਉਣਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਐਕਸੀਡੈਂਟ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਘਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਉਸ ਸੜਕ 'ਤੇ ਗੁਜ਼ਰਨ ਵਾਲਾ ਕਿਸ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਸੜਕ ਖ਼ਰਾਬ ਹੈ ਕਿਸ ਖ਼ਾਸ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਕਿੜਾ ਵੱਡਾ ਟੋਪਿਆ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੰਘਾਉਣਾ ਹੈ ਉਸਦੀ ਤਸਵੀਰ 'ਤੇ ਪਲੈਨਿੰਗ ਦਿਮਾਗ ਵਿਚ ਬਣਾ ਕੇ ਹੀ ਸੜਕ 'ਤੇ ਸਫ਼ਰ ਸ਼ੁਰੂ

ਕਾਰਜੀ-ਕਾਰਜੀ ਨਾਲ ਕੌਮੀ ਅੱਧਖਰ ਜਿਹਾ ਡਰਾਈਵਰ ਕੰਡਕਟਰ ਵਾਲੇ ਪਸਿੰਦੇ ਦੀ ਚੜ੍ਹ ਕੇ ਗੇਅਰ ਲੀਵਰ ਦੇ ਲਾਗੇ ਹੋ ਗਿਆ ਡਰਾਈਵਰ ਸੈਟ 'ਤੇ ਡਰ ਗਿਆ। ਫੁਕਰੇ ਡਰਾਈਵਰਾਂ ਵਾਂਗ ਕਿਸੇ ਸੁਨੱਖੀ ਸਵਾਰੀ 'ਤੇ ਸ਼ੀਸ਼ਾ ਸੈੱਟ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ। ਪਾ ਉਸ ਨੇ ਬਾਹਰਲੇ ਬੈਕ ਸ਼ੀਸ਼ੇ 'ਚ ਜ਼ਰੂਰ ਝਾੜੀ ਵੀ ਕੇ ਸੋਲਫ਼ ਦਾ ਬਣਨ ਦੱਸ ਦਿੱਤਾ। ਦੋ ਵਾਰ ਹਾਰਨ ਮਾਰਨ ਬੱਸ ਦੇ ਪੰਪ ਪੈਦ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਕੀਤਾ।

ਕਾਰਜੀ-ਕਾਰਜੀ ਨਾਲ ਕੌਮੀ ਅੱਧਖਰ ਜਿਹਾ ਡਰਾਈਵਰ ਕੰਡਕਟਰ ਵਾਲੇ ਪਸਿੰਦੇ ਦੀ ਚੜ੍ਹ ਕੇ ਗੇਅਰ ਲੀਵਰ ਦੇ ਲਾਗੇ ਹੋ ਗਿਆ ਡਰਾਈਵਰ ਸੈਟ 'ਤੇ ਡਰ ਗਿਆ। ਫੁਕਰੇ ਡਰਾਈਵਰਾਂ ਵਾਂਗ ਕਿਸੇ ਸੁਨੱਖੀ ਸਵਾਰੀ 'ਤੇ ਸ਼ੀਸ਼ਾ ਸੈੱਟ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ। ਪਾ ਉਸ ਨੇ ਬਾਹਰਲੇ ਬੈਕ ਸ਼ੀਸ਼ੇ 'ਚ ਜ਼ਰੂਰ ਝਾੜੀ ਵੀ ਕੇ ਸੋਲਫ਼ ਦਾ ਬਣਨ ਦੱਸ ਦਿੱਤਾ। ਦੋ ਵਾਰ ਹਾਰਨ ਮਾਰਨ ਬੱਸ ਦੇ ਪੰਪ ਪੈਦ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਕੀਤਾ।

ਭਾਈਚਾਰੇ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਵਧਾਅ ਦਿੱਤਾ। ਏਨੇ ਨੂੰ ਬੇਬੇ ਬਾਹੀ ਦਾ ਹੈਂਡਲ ਕਰ ਬੱਸ 'ਚ ਚੜ੍ਹ ਚੁੱਕੀ ਸੀ। ਪੰਜ-ਦਸ ਮਿੰਟ ਬਾਅਦ ਹੀ ਬਰਨਲੇ ਵਾਲੇ ਖਾਈਆਂ 'ਤੇ ਆ ਕੇ ਲੁਧਿਆਣੇ ਦੇ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਵਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਬੱਸ ਖਰਾਬ ਹੋ ਗਈ। ਖਾਈਆਂ ਤੋਂ ਚੜ੍ਹੀਆਂ ਸ਼ਿਅਦਾ ਸਵਾਰੀਆਂ ਨੌਜਵਾਨ ਮੁੰਡੇ-ਕੁੜੀਆਂ ਹੀ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗੱਲ-ਬਾਤ ਤੋਂ ਲੱਗ ਰਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਔਤਵਾਰ ਦੇ ਦਿਨ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਟੈਸਟ ਸੈਂਟਰਾਂ 'ਚ ਕਿਸੇ ਨੌਕਰੀ ਦਾ ਟੈਸਟ ਦੇਣ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਛੁੱਟੀ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਉਮੀਦਾਂ ਵੱਧ ਸਵਾਰੀਆਂ ਦੇ ਆਉਣ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕੰਡਕਟਰ ਦੇ ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਸਾਫ਼ ਝਲਕ ਰਿਹਾ ਸੀ। 'ਗਾਹ' ਨੂੰ ਹੋਰ ਵੀ ਵੀਰੇ, ਖਾਲੀ ਪਈ ਆ ਸਾਰੀ ਬੱਸ। ਪ੍ਰੀਤ ਦੀ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਟੈਸਟ ਦੇਣ ਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਸੀ। 'ਜੀ' ਇਹ ਗੱਲ ਸੁਣ ਲਈ ਟੈਸਟ ਦੇਣ ਦੀ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ' ਪ੍ਰੀਤ ਮਨ ਹੀ ਮਨ ਸੋਚ ਗਈ।

ਅੱਖਰ ਤੋਂ ਧਿਆਨ ਹਟਾਅ ਕੇ ਕੁੜੀ ਵੱਲ ਸਵਾਰੀਆਂ ਨਜ਼ਰੀ ਤੱਕਿਆ। ਪ੍ਰੀਤ ਨੇ ਇੰਜ ਲੱਗਿਆ ਜਿਵੇਂ ਮੁੰਡੇ ਨੇ ਉਹਦੇ ਮਿਠਾ ਕੇ ਸੋਲਫ਼ ਦਾ ਬਣਨ ਦੱਸ ਦਿੱਤਾ। ਦੋ ਵਾਰ ਹਾਰਨ ਮਾਰਨ ਬੱਸ ਦੇ ਪੰਪ ਪੈਦ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਕੀਤਾ।

ਉਗਲ ਖੜ੍ਹੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀ। ਜਿਸ ਦਾ ਭਾਵ ਉਸ ਦੇ ਇਕੱਲੇ ਹੋਣ ਤੋਂ ਸੀ। 'ਜਿੱਥੇ ਚੱਲੋਗਾ ਚੱਲੋਗੀ ਨਾਲ ਲੋਕ ਦੇ ਟਿਕਣ' ਤੇ ਇਕ ਲੋਕ ਨਾਲ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਕੋਲ ਜਾ ਸਕਦੀ! ਸੰਗੀਤ ਜੁਆਬ ਦੇ ਕੇ ਮੁੰਡੇ ਨੇ ਆਪਣੀ ਸ਼ਿਅਦਾ ਦਾ ਸਬੂਤ ਖੋਲ੍ਹਣ ਲੱਗ ਪਈ।

ਜਾਓ ਕੰਮ ਪੱਕਾ ਬਣੂ, ਆਹ ਮੁੰਦੀ ਤਾਂ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਨੌਕਰੀ ਵਾਸਤੇ ਹੀ ਸੋਚੀ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ ਆਉਣ ਜਾਉਗੇ ਏ-ਢਾਈ ਗਜ਼ਰ ਤੋਂ ਘੱਟ ਖ਼ਰਚਾ ਨਹੀਂ ਆਏਗਾ, ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਮਸ਼ਹੂਰੀ ਅਤੇ ਸੇਵਕਾਂ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਵਾਸਤੇ ਇਸ ਦੀ ਕੀਮਤ ਸਿਰਫ਼ ਪੰਜ ਰੁਪਏ ਰੱਖੀ ਹੈ। 'ਆਇਆ ਵੀਰ ਜੀ, ਪੰਜ ਰੁਪਏ, ਪੰਜ ਰੁਪਏ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਵੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ 'ਵਾਜ ਮਾਰ ਕੇ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ' ਬੋਲਦਾ ਪਿਛਲੀ ਬਾਹੀ ਵੱਲ ਨੂੰ ਵਧਣ ਲੱਗਾ।

ਖੁਸ਼ਵੰਤ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਸਾਰਾ ਜੱਗ ਜਾਣਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਡੂੰਘੀ ਖੋਜ ਨਹੀਂ ਹੋਈ ਹੈ। ਉਸ ਦੀਆਂ ਲਿਖਤਾਂ, ਉਸ ਦੀ ਸੋਚ, ਉਸ ਦੀ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ, ਉਸ ਦੇ ਚਿੰਤਨ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਦੀ ਭਰਪੂਰ ਸਾਹਦੀ ਭਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਸ ਨੇ ਹੁਣ ਤਕ ਅਜਿਹਾ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਲਿਖਿਆ ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਨੇ ਪੜ੍ਹਿਆ ਨਾ ਹੋਵੇ।



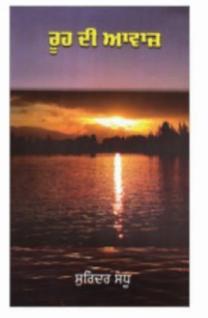
ਵਿਆਕਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਲਿਖੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਤਕਰੀਬਨ ਨਵੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਕਿਤੇ-ਕਿਤੇ ਹੋਰ ਨੀਜਨਕ ਵੀ ਹਨ। ਮਿਸਾਲ ਵਜੋਂ ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਪੰਨਾ ਨੰ. 190 'ਤੇ ਜਦੋਂ ਲੇਖਕ ਸਰਪਾ ਮਾਤਾ ਬਾਰੇ ਲਿਖਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਰੰਭਿਕ ਪੈਰੇ ਵਿਚ ਲਿਖਦਾ ਹੈ ਕਿ, 'ਇਹ ਅਰਧ ਮਾਸਿਕ ਗਸਾਲੇ 'ਨਿਉ ਦਿੱਲੀ' ਦੇ ਮੇਰੇ ਸੰਪਾਦਕ ਹੋਣ ਵੇਲੇ ਸੀ, ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਸਰਪਾ ਮਾਤਾ ਨੂੰ ਮਿਲਿਆ ਸੀ। ਮੈਂ, ਇਸ ਤਾਰੀਕ ਸਾਧਵੀ ਉਚਰ ਲੰਮਾ ਲੇਖ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲਿਖਿਆ ਸੀ। ਐਮ.ਓ ਮਹਾਦੀ ਅਨੁਸਾਰ ਇਸ ਨੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਜਵਾਹਰ ਲਾਲ ਨਹਿਰੂ ਦੀ ਨਜ਼ਾਰੀ ਆਂਡਾ 'ਤੇ ਜਲਮ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। ਸਾਰੀ ਪੁਸਤਕ ਵਿਲਚਸਪ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਦਾ ਅੱਖਰ-ਅੱਖਰ ਪੜ੍ਹਨ ਵਾਲਾ ਹੈ।

ਰੁੱਖਲੀ ਪੁਸਤਕ ਸਰਕਾਰੀ ਕਾਲਜ ਮੁਕਤਸਰ ਸਾਹਿਬ ਤੋਂ ਸੇਵਾ ਮੁਕਤ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਸਾਇਰ ਪ੍ਰੋ. ਲੋਕ ਨਾਥ ਦੀਆਂ ਜੀਵਨ ਯਾਦਾਂ ਦਾ ਹੁਸੀਨ ਗੁਲਸ਼ਨਾ ਹੈ। ਲੇਖਕ ਦੀਆਂ ਜੀਵਨ ਯਾਦਾਂ ਅਥਵਾ ਸਵੈਜੀਵਨੀ ਦੀ ਇਹ ਦੂਸਰੀ ਕਿਤਾਬ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਲੋਕ ਨਾਥ ਵਾਲਿਆਂ ਤਰਜਮਾ ਜੀਵਨ ਯਾਦਾਂ ਛਪ ਚੁੱਕੀ ਹੈ। ਇਹ ਕਿਤਾਬ ਉਸ ਲਈ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਭੇਜਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਉਸ ਦੇ ਤਿੰਨ ਕਾਵਿ ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਤੇ ਇਕ ਕਿਤਾਬ ਵਿਅਕਤੀ ਚਿੰਤਨ ਦੀ ਹੈ। ਵਿਛੜੇ ਸਾਇਰਾਂ ਪਾਸ ਤੇ ਅਮਿਤੋਸ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਕਿਤਾਬ ਦੇ ਛੋਟੇ ਵੱਡੇ ਵੀਰ ਕਾਫ਼ ਹਨ। ਲੇਖਕ ਦਾ ਜਨਮ ਪਿੰਡ ਚੜਿੰਦਾ ਵੇਲੀ (ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ) ਦਾ ਹੈ। ਖੇਮਕਰਨ ਤੇ ਤਰਜਮਾ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿਚ ਕੰਮ ਦਾ ਬਚਪਨ ਬੀਤਿਆ। ਪਹਿਲੇ 1-5 ਕਾਡਾ ਵਿਚ ਮੁੱਢਲੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਸ਼ਿਕਰ , ਪਿਤਾ ਦੀਨਾ ਨਾਥ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਧਿਆਪਕ ਹੋ ਕੇ ਇਲਾਕੇ 'ਚ ਚੰਗਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸੀ। ਦਾਦਾ ਰਾਮ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ, ਦਾਦੀ ਠਾਕਰੀ, ਡੈਂਟ ਕਮਲੇਸ਼, ਡਰਾ ਪ੍ਰੇਮ ਸਿੰਘ ਤੇ ਹੋਰ ਬਚਪਨ ਦੇ ਦੋਸਤਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਦਾ ਸਿਕਰ ਹੈ। ਲੇਖਕ ਨੇ ਫ਼ੈਵੀ 1961 ਵਿਚ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਨੌਵੀਂ ਖ਼ਾਲਸਾ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਸਿੱਖਿਆ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਪੂਰਾ ਵੇਰਵਾ ਕਿਤਾਬ ਵਿਚ ਹੈ। ਲੇਖਕ ਨੇ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਸੰਘਰਸ਼ ਕੀਤਾ। ਮੁਕਤਸਰ ਕਾਲਜ ਵਿਚ ਅਧਿਆਪਨ ਸਮੇਂ ਦਾ ਸਿਕਰ ਹੈ। ਕਾਲਜ ਦੇ ਸਾਥੀ



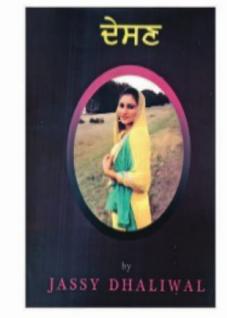
ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਤੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ, ਸੇਵਾਦਾਰ ਤੇ ਦਫ਼ਤਰੀ ਸਟਾਫ ਦਾ ਸੁਭਾਅ, ਰੁਜ਼ੀਆ ਤੇ ਲੇਖਕ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਤੇ ਸਾਇਰਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਏ। ਉਸ ਦਾ ਸੈਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਸ਼ਿਕਰ ਕਿਤਾਬ ਵਿਚ ਹੈ।

ਲੇਖਕ ਦੀ ਸ਼ਾਦੀ, ਬੇਟੇ ਦਾ ਜਨਮ, ਸਿੱਖਿਆ, ਨੌਕਰੀ, ਵਿਦੇਸ਼ ਜਾਣਾ, ਵਿਸ਼ਵ ਪੰਜਾਬੀ ਕਨਫਰੰਸ ਵਿਚ ਲੇਖਕ ਦੀ ਮਾਣਮਤੀ ਗਜ਼ਰੀ, ਨੌਕਰੀ ਚੋਰਾਨ ਲਾਏ ਰਿਕਰੈਸ਼ਨ ਕੋਰਸ, ਪ੍ਰੋ. ਵਿਸ਼ਵਾ ਨਾਥ ਟਿਕਟ ਦੀ ਕਾਲਜ, ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਕਾਲਾ ਦੌਰ, ਸਾਮਕਾਲੀ ਸਾਹਿਤਕਾਰਾਂ ਨਾਲ ਲੇਖਕ ਦੀਆਂ ਗੁਜ਼ੀਨ ਯਾਦਾਂ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਡਰਪੂਰ ਸਾਹਿਤਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਪੁਸਤਕ ਪੜ੍ਹਨ ਵਾਲੀ ਹੈ।



ਅਜੋਕਾ ਸਮਾਜ, ਸਾਡਾ ਰਾਜਸੀ ਪ੍ਰਬੰਧ, ਸੰਸਕ੍ਰਿਤੀ, ਰਾਜਸੀ, ਡਿਕਟੇਟਰ, ਜਨਤਾਪਾਤ, ਰਾਜਸੀ ਡਿਕਟੇਟਰ, ਅਠਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਡਿਕਟੇਟਰ ਤੇ ਸ਼ੋਸਟ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਵਿਤਰੀ ਨੇ ਅਪਣੀਆਂ ਰਚਨਾਵਾਂ ਵਿਚ ਉਠਾਇਆ ਹੈ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗ਼ਲਤ ਬਿਆਨੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਜੇ ਯਥਾਰਥਮਈ ਅਤੇ ਮਾਰਜਿਕ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ

ਲੇਖਿਕ 'ਜੱਸੀ ਧਾਲੀਵਾਲ' ਮੁਲਾਂ ਹੀ ਨਵੀਂ ਲੇਖਕ ਹੈ। 'ਦੇਸਟ' ਉਸ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਪੁਸਤਕ ਹੈ। ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਵਿਚ ਯਾਦਾਂ ਨੁਮਾ ਰਚਨਾਵਾਂ ਹਨ। ਲੇਖਿਕਾ ਉਸ ਨੂੰ ਜੋ ਦਿੱਖਿਆ ਜਾਂ ਸਮਝਿਆ ਉਸ ਦਾ ਨਿਰੋੜ ਦੱਸਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਚ ਕੁੱਲ ਅੱਠ ਸਿੱਖਕ ਅਧੀਨ ਰਚਨਾਵਾਂ ਵਰਨ ਹਨ ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਚਰਿਤਰ ਦੇ ਵਿਚ ਵਧੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦਾ ਰਕੜੀ ਰੂਪ ਹਨ। ਸਮੁੱਚੀ ਪੁਸਤਕ ਵਿਚ ਦੋ ਵਿਸ਼ੇ ਉੱਭਰ ਕੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਪਹਿਲਾ ਹੈ- ਪਿਆਰ (ਵਨ ਸਾਈਡ ਲਵ)। ਲੇਖਿਕਾ ਤਕਰੀਬਨ ਚਾਰ ਅੱਠ ਤੇ ਮਰਦ ਪ੍ਰਤੀ ਇਕ ਪਾਸੜ ਤੇ ਅਧੁਰੇ ਪਿਆਰ ਦੀ ਘਟਨਾ ਛੋਹਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਪ੍ਰੇਮੀ ਕਿਹਦੇ ਵੀ ਪੱਖੀ ਜੁਆਬ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ। ਇਸਦੀ ਇਸੇ ਕਾਰਨ ਉਦਾਸੀ ਤੇ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਵਿਚ ਖੁੱਲਦੀ ਹੈ।



ਦੇ ਸਾਥੀ, ਫ਼ੈਜ਼ੀ, ਗ਼ਲਤ ਫ਼ਹਿਮੀ ਤੇ ਹੱਡ ਚੀਤੀ ਵਰਗੇ ਬਿਰਤਾਂਤ ਲੰਮੇ ਕੈਨਵਸ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮੰਗੜ ਤੇ ਨੱਠਾ ਵੀ ਦੋਵੇਂ ਹਨ। ਲੇਖਿਕਾ ਕੋਲ ਸੰਬੰਧੀ ਤੇ ਮਨਬਰਨੀ ਵਾਲੀ ਕਵਿ-ਮਈ ਸ਼ੈਲੀ ਹੈ। ਰੌਕਿਕਤਾ ਹੈ। ਪਾਠਕ ਨੂੰ ਕੀਲਣ ਦੀ ਨਾਲ ਤੋਰਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਹੈ। ਵਿਦੇਸ਼ ਵੱਸਣ ਕਰਕੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦੀ ਭਰਮਾਰ ਹੈ। ਵਾਕ-ਬਾਣ ਅਤੇ ਸਾਹਿਤਕ ਅਹੁੱਦਿਆਂ ਏਕਾਗਿਤ ਹਨ। ਵਿਦੇਸ਼-ਕਿਹਦੇ ਵਧੇਰੇ ਹੀ ਖੁੱਲ੍ਹ ਲਈ ਗਈ ਹੈ। ਵਿਚਾਰਧਾਰਕ ਅਸੰਤੁਲਨ ਹੈ। ਮਠਿਓ ਅਣਾਈ ਵੀਖੀ ਦੀ ਕੁੜੀ ਤੋਂ ਹੋਰ ਵਧੇਰੇ ਉਸਦਾ ਵੀ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਪਹਿਲੀ ਪੁਸਤਕ ਹੈ। ਪਾਠਕ ਪੜ੍ਹਨਗੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਝਾੜ੍ਹੀ ਜੁਰੂਰ ਦੇਣ।



ਸਿਹਤ

- ਆਮ ਆਦਮੀ ਕਲੀਨਿਕਾਂ ਵਿੱਚ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਜਾਂਚ ਬਿਲਕੁਲ ਮੁਫਤ
- 2,661 ਡਾਕਟਰਾਂ, ਪੈਰਾਮੈਡੀਕਲ ਅਤੇ ਫਰੰਟਲਾਈਨ ਸਟਾਫ਼ ਦੀਆਂ ਨਵੀਆਂ ਭਰਤੀਆਂ
- 'ਸੀ.ਐੱਮ. ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ' ਵਿੱਚ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਲੱਖਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਵਿੱਚ ਯੋਗਾ ਕਲਾਸਾਂ ਦੇ ਰਹੀ ਹੈ ਸਰਕਾਰ

ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ

ਹਰ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ
₹10 ਲੱਖ ਦਾ ਬਿਲਕੁਲ ਮੁਫਤ ਇਲਾਜ

ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਤੀਰਥ ਯਾਤਰਾ ਯੋਜਨਾ

- 50 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਤੀਰਥ ਯਾਤਰਾ ਯੋਜਨਾ ਤਹਿਤ ਮੁਫਤ ਤੀਰਥ ਯਾਤਰਾ
- ਯਾਤਰੀਆਂ ਲਈ ਏ.ਸੀ. ਬੱਸ, ਰਹਿਣ ਲਈ ਏ.ਸੀ. ਹੋਟਲ ਦਾ ਮੁਫਤ ਪ੍ਰਬੰਧ

ਸਿੱਖਿਆ- ਪੰਜਾਬ ਬਣਿਆ ਦੇਸ਼ 'ਚੋਂ ਨੰਬਰ-1

- ਨੈਸ਼ਨਲ ਅਚੀਵਮੈਂਟ ਸਰਵੇ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ ਦੇਸ਼ 'ਚੋਂ No.- 1 ਬਣਿਆ
- ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ 305 ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ JEE Main, 845 ਨੇ NEET ਦੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਕੀਤੀ ਪਾਸ
- 15,000 ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨਵੇਂ ਅਧਿਆਪਕ ਭਰਤੀ ਕੀਤੇ, 12,000 ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕੱਚੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਪੱਕੇ ਕੀਤਾ ਗਿਆ
- ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲਾਂ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਫਿਨਲੈਂਡ, ਸਿੰਗਾਪੁਰ ਅਤੇ ਆਈ.ਆਈ.ਐੱਮ. ਵਿੱਚ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਕਰਵਾਈ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ
- ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਸਕੂਲ ਬੱਸਾਂ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਦਿੱਤੀ ਗਈ

ਰੋਜ਼ਗਾਰ

- 65,264 ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਸਰਕਾਰੀ ਨੌਕਰੀਆਂ ਮਿਲੀਆਂ
- 5 ਲੱਖ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨੌਕਰੀਆਂ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਸੈਕਟਰ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ

ਯੁੱਧ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ- 50 ਹਜ਼ਾਰ ਤਸਕਰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ

- 50,238 ਨਸ਼ਾ ਤਸਕਰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਹੋਏ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ 32,620 ਕਿਲੋ ਨਸ਼ਾ ਜ਼ਬਤ ਕਰਕੇ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਨਸ਼ਾ ਮੁਕਤ ਕਰਨ ਵੱਲ ਵੱਡਾ ਕਦਮ ਚੁੱਕਿਆ

ਸੜਕ ਦੁਰਘਟਨਾ ਵਿੱਚ ਮੌਤਦਰ 50.12% ਘਟੀ

- ਭਾਰਤ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਸੜਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਫੋਰਸ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਬਣੀ
- ਸੜਕੀ ਹਾਦਸਿਆਂ 'ਚ ਮੌਤ ਦਰ 50.12% ਤੱਕ ਘਟੀ
- 47,000+ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਮਦਦ ਮਿਲੀ

ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਮੁਕਤ ਪੰਜਾਬ

- ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਵਿਰੋਧੀ ਐਕਸ਼ਨ ਲਾਈਨ 9501200200 ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ
- 1,000+ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ

90% ਘਰਾਂ ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਬਿਜਲੀ

- 90% ਘਰਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲ ਰਹੀ 600 ਯੂਨਿਟ ਮੁਫਤ ਬਿਜਲੀ
- ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਖੇਤੀ ਲਈ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਰਹੀ ਬਿਨਾਂ ਰੁਕਾਵਟ ਬਿਜਲੀ

ਖੇਡਾਂ- 3,100 ਨਵੇਂ ਖੇਡ ਮੈਦਾਨ ਬਣੇ

- ਓਲੰਪਿਕ ਤਮਗਾ ਜੇਤੂ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ₹1 ਕਰੋੜ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਨੌਕਰੀ
- ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਮੈਚ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਲਈ ₹15 ਲੱਖ ਤੱਕ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਹਾਇਤਾ

'ਮੇਰੀ ਰਸੋਈ' ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ

- 40 ਲੱਖ ਗਰੀਬ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ 2 ਕਿਲੋ ਦਾਲ, 2 ਕਿਲੋ ਖੰਡ, 1 ਕਿਲੋ ਨਮਕ, 200 ਗ੍ਰਾਮ ਹਲਦੀ ਪਾਊਡਰ ਅਤੇ 1 ਲੀਟਰ ਸਰ੍ਹੋਂ ਦਾ ਤੇਲ ਮੁਫਤ ਮਿਲੇਗਾ

ਖੇਤੀਬਾੜੀ- ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਮੁਆਵਜ਼ਾ

- ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ₹20,000 ਪ੍ਰਤੀ ਏਕੜ, ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਮਿਲ ਰਿਹਾ
- ਨਹਿਰੀ ਖਾਲਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਹਰ ਖੇਤ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਪਹੁੰਚਾਇਆ
- ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਗੰਨੇ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਮੁੱਲ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ₹416 ਪ੍ਰਤੀ ਕੁਇੰਟਲ
- ਸਬਸਿਡੀ ਉੱਤੇ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਈਆਂ ਸੀ.ਆਰ.ਐੱਮ. ਮਸ਼ੀਨਾਂ
- ਫ਼ਸਲਾਂ ਦੀ ਤੁਰੰਤ ਖਰੀਦ, 24 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ ਭੁਗਤਾਨ



ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਮਾਵਾਂ-ਧੀਆਂ ਸਤਿਕਾਰ ਯੋਜਨਾ

ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਹਰ ਔਰਤ ਨੂੰ ₹1,000 ਪ੍ਰਤੀ ਮਹੀਨਾ
ਅਨੁਸੂਚਿਤ ਜਾਤੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ₹1,500 ਪ੍ਰਤੀ ਮਹੀਨਾ

ਸ਼ਹੀਦਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ₹1 ਕਰੋੜ ਦੀ ਸਨਮਾਨ ਰਾਸ਼ੀ

- ਸ਼ਹੀਦ ਸੈਨਿਕਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਰਹੀ ₹1 ਕਰੋੜ ਸਨਮਾਨ ਰਾਸ਼ੀ

ਉਦਯੋਗਿਕ ਨਿਵੇਸ਼- ₹1.55 ਲੱਖ ਕਰੋੜ

- ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ 4 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ₹1.55 ਲੱਖ ਕਰੋੜ ਦਾ ਨਿਵੇਸ਼
- 5 ਲੱਖ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਨਵੇਂ ਮੌਕੇ ਪੈਦਾ ਹੋਏ
- ਉਦਯੋਗਿਕ ਅਤੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਵਿਕਾਸ ਨੀਤੀ- 2026 ਲਾਗੂ
- ਯੂ.ਕੇ., ਜਪਾਨ ਅਤੇ ਦੱਖਣੀ ਕੋਰੀਆ ਨਾਲ ਰਣਨੀਤਕ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ

ਪੇਂਡੂ ਵਿਕਾਸ- 49,000 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਸੜਕਾਂ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ

- 49,000 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੜਕਾਂ ਦਾ ਨਵੀਨੀਕਰਨ
- ਪੇਂਡੂ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਆਧੁਨਿਕ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਆਂ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ
- 13,000 ਤੋਂ ਵੱਧ ਪਿੰਡਾਂ ਦੇ ਛੱਪੜਾਂ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ

ਈਜ਼ੀ ਰਜਿਸਟਰੀ/ਜਮ੍ਹਾਂਬੰਦੀ

- 'ਈਜ਼ੀ ਰਜਿਸਟਰੀ'- ਜ਼ਮੀਨ ਦੀ ਰਜਿਸਟਰੀ ਲਈ ਨਵੀਂ ਸਹੂਲਤ
- ਸਿਰਫ਼ 48 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰੀ ਮੁਕੰਮਲ
- ਵੱਟਸਐਪ ਰਾਹੀਂ ਹਰ ਕਦਮ ਉੱਤੇ ਪਾਰਦਰਸ਼ੀ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਟਰੰਪ ਦਾ ਕਤਲ ਕਰਨ ਦੀ ਸਾਜ਼ਿਸ਼ ਰਚਣ ਵਾਲਾ ਪਾਕਿ ਨਾਗਰਿਕ ਦੋਸ਼ੀ ਕਰਾਰ

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ: ਅਮਰੀਕੀ ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਇੱਕ ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਨਾਗਰਿਕ ਆਸਿਫ਼ ਰਜ਼ਾ ਮਰਚੈਂਟ (48) ਨੂੰ ਅਮਰੀਕੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਡੋਨਲਡ ਟਰੰਪ ਅਤੇ ਹੋਰ ਉੱਚ-ਪੱਧਰੀ ਅਮਰੀਕੀ ਆਗੂਆਂ ਦੇ ਕਤਲ ਦੀ ਸਾਜ਼ਿਸ਼ ਰਚਣ ਦੇ ਦੋਸ਼ 'ਚ ਦੋਸ਼ੀ ਕਰਾਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਜਾਂਚ 'ਚ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਦੋਸ਼ੀ ਦਾ ਸਿੱਧਾ ਸਬੰਧ ਈਰਾਨ ਨਾਲ ਸੀ।



ਸੱਤਾ ਵਲੋਂ ਕਰਵਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਇੱਕ ਟਾਰਗੇਟਿਡ ਅਸੈਸਿਨੇਸ਼ਨ ਪਲਾਨ ਵਜੋਂ ਦੱਸਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਘਟਨਾ ਨੇ ਅਮਰੀਕੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਅਤੇ ਉੱਚ-ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਵੱਡੀ ਚਿੰਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਅਦਾਲਤ 'ਚ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਬੂਤਾਂ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਹੈ ਕਿ ਦੋਸ਼ੀ ਨੇ ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਮਿਸ਼ਨ ਨੂੰ ਅੱਜਮਾ ਦੇਣ ਲਈ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਗ਼ੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਸਨ।

ਉਸ ਨੂੰ ਜੁਲਾਈ 2024 'ਚ ਉਸ ਸਮੇਂ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਜਦੋਂ ਉਹ ਅਮਰੀਕਾ ਤੋਂ ਇੱਕ ਜਹਾਜ਼ ਰਾਹੀਂ ਫ਼ਰਾਰ ਹੋਣ ਦੀ ਫ਼ਿਰਾਕ 'ਚ ਸੀ। ਉਸ ਨੂੰ ਉਮਰ ਕੈਦ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਸੁਣਾਈ ਗਈ ਹੈ। ਉਸ ਦਾ ਮੁੱਖ ਮਕਸਦ 2020 'ਚ ਅਮਰੀਕੀ ਡਰੋਨ ਹਮਲੇ 'ਚ ਮਾਰੇ ਗਏ ਈਰਾਨੀ ਕੁਦਰਤ ਡਰੋਨ ਦੇ ਕਮਾਂਡਰ ਕਾਸਿਮ ਸੁਲੇਮਾਨੀ ਦੀ ਮੌਤ ਦਾ ਬਦਲਾ ਲੈਣਾ ਸੀ। ਦੋਸ਼ੀ

ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਟਰੰਪ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਸੀ ਸਗੋਂ ਉਸ ਨੇ ਕਈ ਹੋਰ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਅਮਰੀਕੀ ਸਿਆਸਤਦਾਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪਣੀ ਹਿੱਟ ਲਿਸਟ 'ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਸੀ। ਇਸ ਕੇਸ ਨੇ ਈਰਾਨ ਅਤੇ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚਾਲੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਤਨਾਅਪੂਰਨ ਸਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਗੰਭੀਰ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਅਮਰੀਕੀ ਖ਼ੁਫ਼ੀਆ ਏਜੰਸੀਆਂ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਈਰਾਨੀ

ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਅਜਿਹੇ ਸਮੇਂ 'ਚ ਆਇਆ ਹੈ ਜਦੋਂ ਪੱਛਮੀ ਏਸ਼ੀਆ 'ਚ ਈਰਾਨ ਅਤੇ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚਾਲੇ ਫ਼ੈਜ਼ੀ ਸੰਘਰਸ਼ ਆਪਣੇ ਸਿਖਰ 'ਤੇ ਹੈ। ਟਰੰਪ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸੁਰੱਖਿਆ 'ਤੇ ਹਮਲਾ ਕਰਾਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੋਸ਼ੀ ਨੂੰ ਸਖ਼ਤ ਤੋਂ ਸਖ਼ਤ ਸਜ਼ਾ ਦੇਣ ਦੀ ਗੱਲ ਕਹੀ ਹੈ।

Trump ਦੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਕਾਰਨ ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 14, 000 ਤੋਂ ਪਹੁੰਚੀ 2, 300 'ਤੇ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ: ਅਮਰੀਕੀ ਵਿਦੇਸ਼ ਵਿਭਾਗ ਵਲੋਂ ਜਾਰੀ ਤਾਜ਼ਾ ਅੰਕੜਿਆਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਭਾਰਤੀ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੀਜ਼ਾ (F-1) ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਪਿਛਲੇ ਚਾਰ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਲਗਾਤਾਰ ਘਟ ਰਹੀ ਹੈ, ਪਰ ਪਿਛਲੇ ਦੋ ਸਾਲਾਂ 'ਚ ਇਸ 'ਚ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਗਿਰਾਵਟ ਆਈ ਹੈ। ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਅਗਸਤ ਮਹੀਨੇ ਸਿਰਫ਼ 2, 389 ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਅਮਰੀਕੀ ਵੀਜ਼ਾ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਜੋ ਕਿ ਸਾਲ 2023 'ਚ 12, 800 ਤੇ 2022 'ਚ 14, 700 ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਸੀ।



ਵੀਜ਼ਾ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਘਟੀ ਹੈ। ਡੋਨਲਡ ਟਰੰਪ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਕਾਲ ਦੌਰਾਨ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਨੀਤੀਆਂ 'ਚ ਹੋਏ ਬਦਲਾਅ ਅਤੇ ਸਖ਼ਤੀ ਨੂੰ ਵੀ ਇਸ ਗਿਰਾਵਟ ਦਾ ਇੱਕ ਕਾਰਨ ਮੰਨਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। F-1 ਵੀਜ਼ਾ ਅਮਰੀਕੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਅਤੇ ਟੈਕਨੋਲੋਜੀ ਕੰਪਨੀਆਂ ਲਈ ਗਲੋਬਲ ਟੈਲੈਂਟ ਨੂੰ ਖਿੱਚਣ ਦਾ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਜ਼ਰੀਆ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਵੀਜ਼ਾ 'ਚ ਇਸ ਗਿਰਾਵਟ ਨਾਲ ਅਮਰੀਕੀ ਸਿੱਖਿਆ ਖੇਤਰ 'ਤੇ ਵੀ ਅਸਰ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਅੰਕੜੇ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਭਾਰਤੀ ਨੌਜਵਾਨ ਹੁਣ ਸ਼ਾਇਦ ਅਮਰੀਕਾ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਰ ਵਿਕਲਪਾਂ ਵਲ ਦੇਖ ਰਹੇ ਹਨ ਜਾਂ ਵੀਜ਼ਾ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਸਖ਼ਤੀ ਕਾਰਨ ਅਰਜ਼ੀਆਂ ਘੱਟ ਰਹੇ ਹਨ।

ਅਗਸਤ ਮਹੀਨੇ 'ਚ ਵੀਜ਼ਾ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਇਹ ਗਿਰਾਵਟ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਰੁਝਾਨ ਬਦਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸਿੱਖਿਆ ਮਾਰਿਗ 'ਚ ਕਾਫ਼ੀ ਕਮੀ ਆਈ ਅਨੁਸਾਰ ਹੈਦਰਾਬਾਦ, ਅਹਿਮਦਾਬਾਦ ਅਤੇ ਜਲੰਧਰ ਵਰਗੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ 'ਚ ਅਰਜ਼ੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਕਾਫ਼ੀ ਕਮੀ ਆਈ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਕਾਫ਼ੀ ਕਮੀ ਆਈ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਕਾਫ਼ੀ ਕਮੀ ਆਈ ਹੈ।

ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਕਾਫ਼ੀ ਕਮੀ ਆਈ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਕਾਫ਼ੀ ਕਮੀ ਆਈ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਕਾਫ਼ੀ ਕਮੀ ਆਈ ਹੈ।

ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਕਾਫ਼ੀ ਕਮੀ ਆਈ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਕਾਫ਼ੀ ਕਮੀ ਆਈ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਕਾਫ਼ੀ ਕਮੀ ਆਈ ਹੈ।

ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਕਾਫ਼ੀ ਕਮੀ ਆਈ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਕਾਫ਼ੀ ਕਮੀ ਆਈ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਕਾਫ਼ੀ ਕਮੀ ਆਈ ਹੈ।

ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਸਿਧੀ ਖੱਟ ਰਿਹੈ Canada ਦਾ ਨਕਸ਼ਾ ਨਵੀਸ

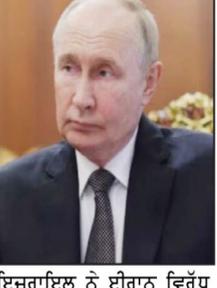
ਵੈਨਕੂਵਰ: Canada ਦੇ ਸੂਬੇ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀ ਨਕਸ਼ੇ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕਲਾ ਕਾਰਨ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਮਾਣ ਹਾਸਿਲ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਨਕਸ਼ਾ ਨਵੀਸ ਜੈੱਡ ਕਲਾਰਕ ਨੇ ਵੈਨਕੂਵਰ ਟਾਪੂ ਅਤੇ ਸੀ-ਟੂ-ਸਕਾਈ ਖੇਤਰ ਦੇ ਬਹੁਤ ਵਿਸਥਾਰਪੂਰਕ ਨਕਸ਼ੇ ਤਿਆਰ ਕਰ ਕੇ ਕਈ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਇਨਾਮ ਆਪਣੇ ਨਾਮ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਜੈੱਡ ਕਲਾਰਕ ਦੱਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਇੱਕ ਨਕਸ਼ਾ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੀ ਭੂਗੋਲਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਥਾਰਿਕ ਵੇਰਵਿਆਂ 'ਤੇ



ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਲੋਂ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਨਕਸ਼ਿਆਂ 'ਚ ਖੇਤਰਾਂ ਦੇ ਪਹਾੜ, ਦਰਿਆ, ਸੜਕਾਂ ਅਤੇ ਭੂਗੋਲਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸਹੀ ਅਤੇ ਸੁੰਦਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਦਰਸਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਕਸ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ 'ਚ ਕਾਫ਼ੀ ਸਹਾਨਾ ਮਿਲ ਰਹੀ ਹੈ। ਕਲਾਰਕ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਭਵਿੱਖ 'ਚ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਦੇ ਹੋਰ ਖੇਤਰਾਂ ਦੀ ਵੀ ਖੋਜ ਕਰ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਸਥਾਰਪੂਰਕ ਨਕਸ਼ੇ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹਨ।

ਮਿਡਲ ਈਸਟ ਜੰਗ 'ਚ ਰੂਸ ਦੀ ਐਂਟਰੀ

ਮੌਸਕੋ: ਮਿਡਲ ਈਸਟ 'ਚ ਚੱਲ ਰਹੀ ਜੰਗ ਨੇ ਉਸ ਸਮੇਂ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਅਤੇ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਮੌੜ ਲੈ ਲਿਆ ਜਦੋਂ ਰੂਸ ਨੇ ਖੁੱਲ੍ਹਾਮ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਈਰਾਨ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕੀਤਾ। ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਰੂਸ ਨੇ ਈਰਾਨ ਨੂੰ ਅਮਰੀਕੀ ਫ਼ੌਜੀ ਟਿਕਾਣਿਆਂ ਅਤੇ ਹਥਿਆਰਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਅਹਿਮ ਖ਼ੁਫ਼ੀਆ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੌਂਪ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਈਰਾਨ ਖੇਤਰ 'ਚ ਅਮਰੀਕੀ ਜੰਗੀ ਜਹਾਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਜਹਾਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਰੂਸ ਦੇ ਇਸ ਕਦਮ ਨਾਲ ਮੱਧ ਪੂਰਬ ਦੀ ਜੰਗ ਹੋਰ ਫ਼ੈਲਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਪੈਦਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਮਾਰਿਗ ਅਨੁਸਾਰ ਰੂਸ ਵਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ

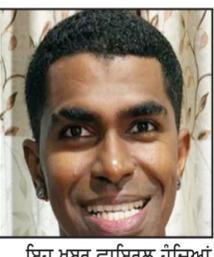


ਰੂਸੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਵਲਾਦੀਮੀਰ ਪੂਤਿਨ ਨੇ ਈਰਾਨ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਮੁਸਦ ਪੇਜ਼ੇਸ਼ਕੀਅਨ ਨਾਲ ਫ਼ੋਨ 'ਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਈਰਾਨ ਦੇ ਸੁਪਰੀਮ ਲੀਡਰ ਆਯਾਤੁੱਲਾ ਅਲੀ ਖ਼ਾਮੇਨੇਈ ਦੀ ਮੌਤ 'ਤੇ ਦੁੱਖ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਕੀਤਾ। ਪੂਤਿਨ ਨੇ ਦੁਸ਼ਮਣੀ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਖ਼ਤਮ ਕਰਨ ਅਤੇ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨੂੰ ਕੂਟਨੀਤਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਹੱਲ ਕਰਨ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ। ਰੂਸ ਨੂੰ ਯੁਕਰੇਨ ਵਿਰੁੱਧ ਜੰਗ ਲਈ ਮਿਜ਼ਾਇਲ ਅਤੇ ਡਰੋਨਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਨੂੰ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਉਸ ਨੇ ਈਰਾਨ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਸਬੰਧ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ

ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਇਕੱਲੇ ਪਦੇ ਈਰਾਨ ਲਈ ਰੂਸ ਦਾ ਇਹ ਸਮਰਥਨ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਗੱਲ ਮੰਨਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਰੂਸ ਦੀ ਇਸ ਮਦਦ 'ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਅਮਰੀਕਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਫ਼ੌਜੀ ਅਭਿਆਨਾਂ 'ਤੇ ਕੋਈ ਫ਼ਰਕ ਨਹੀਂ ਪਵੇਗਾ। ਅਮਰੀਕਾ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਈਰਾਨ ਦੀ ਫ਼ੌਜੀ ਤਾਕਤ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖ਼ਤਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਮਿਸ਼ਨ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖੇਗਾ। ਫ਼ਿਲਹਾਲ ਵੀ ਮਿਜ਼ਾਇਲ ਅਤੇ ਡਰੋਨਾਂ ਦੀ ਦੋਸ਼ 'ਚ ਅਮਰੀਕੀ ਟਿਕਾਣਿਆਂ 'ਤੇ ਮਿਜ਼ਾਇਲ ਹਮਲੇ ਜਾਰੀ ਰੱਖੇ ਹੋਏ ਹਨ।

32 ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਪੂਰੇ ਨੇ 42 ਦੰਦ ਜੰਗ ਵਿਚਾਲੇ ਇਕੱਲਾ ਪੈਣ ਲੱਗਾ US

ਕੁਆਲਾਲੰਪੁਰ: ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮੂੰਹ 'ਚ 32 ਦੰਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਮਲੇਸ਼ੀਆ ਦੇ ਇੱਕ ਆਦਮੀ ਕੋਲ ਇਸ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਵੱਧ ਦੰਦ ਹਨ। ਇਸੇ ਲਈ ਉਸ ਦੀ ਮੁਸਕਰਾਹਟ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵਿਲੱਖਣ ਵਿਸ਼ਵ ਰਿਕਾਰਡ ਦਿਵਾਇਆ ਹੈ। ਪ੍ਰਤਾਬ ਮੁਨਿਆਓਡੀ ਨਾਮਕ ਇੱਕ ਆਦਮੀ ਦੇ ਕੁੱਲ 42 ਦੰਦ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਇੱਕ ਆਦਮੀ ਦੇ ਮੂੰਹ 'ਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਰਿਕਾਰਡ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਗਿਨੀਜ਼ ਵਰਲਡ ਰਿਕਾਰਡਜ਼ ਨੇ 5 ਮਾਰਚ 2026 ਨੂੰ ਇਸ ਅਨੋਖੇ ਰਿਕਾਰਡ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਪ੍ਰਥਾਬ ਦੇ ਮੂੰਹ 'ਚ ਆਮ ਇਨਸਾਨ ਨਾਲੋਂ 10 ਦੰਦ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹਨ। ਸੋਸ਼ਾ ਨੇ ਪ੍ਰਥਾਬ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਉਸ ਦੇ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਐਕਸ-ਰੇਅ ਵੀ ਸਾਂਝੇ ਕੀਤੇ ਹਨ ਜਿਸ 'ਚ ਉਸ ਦੇ ਵਾਧੂ ਦੰਦ ਸਾਫ਼ ਨਜ਼ਰ ਆ ਰਹੇ ਹਨ।



ਉਸ ਨੂੰ 5 ਮਾਰਚ ਦੀ ਸਵੇਰ ਨੂੰ ਰਿਹਾਅ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਨੂੰ ਹੁਣ 4 ਮਈ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ 'ਚ ਪੇਸ਼ ਹੋਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਦੇ ਇੱਕ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਨੇ ਇਸ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਭਰੀ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਦੱਸਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੇਗੀ, ਅਤੇ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਲੜੀਂਦੇ ਸੁਧਾਰ ਵਲ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਸਾਬਿਤ ਹੋਵੇਗਾ।

ਹੈਰਾਨੀ ਦੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੀ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਨੇ ਆਪਣਾ ਇਸਟਾਗ੍ਰਾਮ ਐਕਾਊਂਟ ਵੀ ਡਿਲੀਟ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਪਿਛਲੇ ਕਈ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਉਤਰਾਅ-ਚੜ੍ਹਾਅ ਭਰੇ ਦੌਰ 'ਚ ਗੁਜ਼ਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਨਵੰਬਰ 2021 'ਚ ਉਸ ਦੀ 13 ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਕੰਜ਼ਰਵੇਟਰਸ਼ਿਪ (ਸਰਪ੍ਰਸਤੀ) ਖ਼ਤਮ ਹੋਈ ਸੀ, ਅਤੇ ਪਿਛਲੇ ਮਹੀਨੇ ਹੀ ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੀ ਮਿਊਜ਼ਿਕ ਕੈਰੀਅਰ ਵੇਚਣ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਦੇ ਪੁੱਤਰ ਹਨ, ਸ਼ੇਨ ਪ੍ਰੈਸਟਨ (20) ਅਤੇ ਜੇਡਨ ਜੇਮਜ਼ (19), ਜੋ ਉਸ ਦੇ ਸਾਥਕਾ ਪਤੀ ਕੇਵਿਨ ਫ਼ੈਡਰਲਾਈਨ ਦੇ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।



ਇਹ ਖ਼ਬਰ ਵਾਇਰਲ ਹੁੰਦਿਆਂ ਹੀ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਦਿਲਚਸਪ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦੇਣੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਯੂਜ਼ਰਜ਼ ਮਜ਼ਾਕ 'ਚ ਲਿਖ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ ਪ੍ਰਥਾਬ ਨੂੰ ਹੁਣ ਖ਼ਾਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਟੂਥ ਬਰਸ਼ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ ਜਦ ਕਿ ਕਈ ਉਸ ਦੀ ਇਸ ਅਨੋਖੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ 'ਤੇ ਹੈਰਾਨੀ ਜਤਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਸਪੀਅਰਜ਼ ਸ਼ਰਾਫ਼ ਪੀ ਕੇ ਗੌਡੀ ਚਲਾਉਣ ਦੀ ਕਾਬੂ ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ: ਵਿਸ਼ਵ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਅਮਰੀਕੀ ਪੌਪ ਸਿੰਗਰ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਸਪੀਅਰਜ਼ ਇੱਕ ਵਾਰ ਫ਼ਿਰ ਮੁਸੀਬਤ 'ਚ ਫ਼ਸ ਗਈ ਹੈ। 44 ਸਾਲਾ ਗਾਇਕਾ ਨੂੰ ਕੈਲੇਫ਼ੋਰਨੀਆ ਦੇ ਵੈਂਚੂਰ 'ਚ ਸ਼ਰਾਫ਼ ਪੀ ਕੇ ਗੌਡੀ ਚਲਾਉਣ ਦੇ ਸ਼ੌਕ 'ਚ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਨੁਸਾਰ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਨੂੰ 4 ਮਾਰਚ ਦੀ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਹਿਰਾਸਤ 'ਚ ਲਿਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਵੈਂਚੂਰ ਸ਼ੇਰਿਡ ਦਫ਼ਤਰ ਦੇ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰੀ ਰਿਕਾਰਡ ਮੁਤਾਬਿਕ

ਉਸ ਨੂੰ 5 ਮਾਰਚ ਦੀ ਸਵੇਰ ਨੂੰ ਰਿਹਾਅ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਨੂੰ ਹੁਣ 4 ਮਈ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ 'ਚ ਪੇਸ਼ ਹੋਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਦੇ ਇੱਕ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਨੇ ਇਸ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਭਰੀ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਦੱਸਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੇਗੀ, ਅਤੇ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਲੜੀਂਦੇ ਸੁਧਾਰ ਵਲ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਸਾਬਿਤ ਹੋਵੇਗਾ।

ਉਸ ਨੂੰ 5 ਮਾਰਚ ਦੀ ਸਵੇਰ ਨੂੰ ਰਿਹਾਅ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਨੂੰ ਹੁਣ 4 ਮਈ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ 'ਚ ਪੇਸ਼ ਹੋਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਦੇ ਇੱਕ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਨੇ ਇਸ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਭਰੀ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਦੱਸਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੇਗੀ, ਅਤੇ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਲੜੀਂਦੇ ਸੁਧਾਰ ਵਲ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਸਾਬਿਤ ਹੋਵੇਗਾ।

ਉਸ ਨੂੰ 5 ਮਾਰਚ ਦੀ ਸਵੇਰ ਨੂੰ ਰਿਹਾਅ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਨੂੰ ਹੁਣ 4 ਮਈ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ 'ਚ ਪੇਸ਼ ਹੋਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਦੇ ਇੱਕ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਨੇ ਇਸ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਭਰੀ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਦੱਸਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੇਗੀ, ਅਤੇ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਲੜੀਂਦੇ ਸੁਧਾਰ ਵਲ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਸਾਬਿਤ ਹੋਵੇਗਾ।

ਉਸ ਨੂੰ 5 ਮਾਰਚ ਦੀ ਸਵੇਰ ਨੂੰ ਰਿਹਾਅ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਨੂੰ ਹੁਣ 4 ਮਈ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ 'ਚ ਪੇਸ਼ ਹੋਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਦੇ ਇੱਕ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਨੇ ਇਸ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਭਰੀ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਦੱਸਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੇਗੀ, ਅਤੇ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਲੜੀਂਦੇ ਸੁਧਾਰ ਵਲ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਸਾਬਿਤ ਹੋਵੇਗਾ।

ਉਸ ਨੂੰ 5 ਮਾਰਚ ਦੀ ਸਵੇਰ ਨੂੰ ਰਿਹਾਅ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਨੂੰ ਹੁਣ 4 ਮਈ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ 'ਚ ਪੇਸ਼ ਹੋਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਦੇ ਇੱਕ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਨੇ ਇਸ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਭਰੀ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਦੱਸਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੇਗੀ, ਅਤੇ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਲੜੀਂਦੇ ਸੁਧਾਰ ਵਲ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਸਾਬਿਤ ਹੋਵੇਗਾ।

ਉਸ ਨੂੰ 5 ਮਾਰਚ ਦੀ ਸਵੇਰ ਨੂੰ ਰਿਹਾਅ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਨੂੰ ਹੁਣ 4 ਮਈ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ 'ਚ ਪੇਸ਼ ਹੋਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਦੇ ਇੱਕ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਨੇ ਇਸ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਭਰੀ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਦੱਸਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੇਗੀ, ਅਤੇ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਲੜੀਂਦੇ ਸੁਧਾਰ ਵਲ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਸਾਬਿਤ ਹੋਵੇਗਾ।

ਉਸ ਨੂੰ 5 ਮਾਰਚ ਦੀ ਸਵੇਰ ਨੂੰ ਰਿਹਾਅ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਨੂੰ ਹੁਣ 4 ਮਈ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ 'ਚ ਪੇਸ਼ ਹੋਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਦੇ ਇੱਕ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਨੇ ਇਸ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਭਰੀ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਦੱਸਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੇਗੀ, ਅਤੇ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਲੜੀਂਦੇ ਸੁਧਾਰ ਵਲ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਸਾਬਿਤ ਹੋਵੇਗਾ।

ਮਸ਼ਹੂਰ ਫਿਟਨੈੱਸ ਇੰਫਲੂਐਂਸਰ ਨੇ ਛੱਡ ਦਿੱਤੀ ਦੁਨੀਆਂ

ਐਂਟਵਰਪ: ਫਿਟਨੈੱਸ ਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਤੋਂ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮੰਦਭਾਗੀ ਖ਼ਬਰ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈ ਹੈ। ਮਸ਼ਹੂਰ ਫਿਟਨੈੱਸ ਇੰਫਲੂਐਂਸਰ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ ਖੋਜਕਰਤਾ ਡਾ. ਸਟੈਫ਼ਨੀ ਬਟਰਮਰ ਦਾ 36 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ 'ਚ ਅਚਾਨਕ ਦਿਹਾਂਤ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਸਟੈਫ਼ਨੀ ਦੇ ਮੰਗੋਤਰ ਅਤੇ ਮਸ਼ਹੂਰ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਬੈਡੀ ਬਿਲਡਰ ਜੈੱਡ ਨਿਪਰਡ ਨੇ 6 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਰਾਹੀਂ ਇਸ ਦੁਖਦਾਈ

ਖ਼ਬਰ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਜੈੱਡ ਦੀ ਟੀਮ ਵਲੋਂ ਇਸਟਾਗ੍ਰਾਮ 'ਤੇ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਇੱਕ ਪੋਸਟ 'ਚ ਲਿਖਿਆ ਗਿਆ, "ਬਹੁਤ ਹੀ ਦੁੱਖੀ ਹਿਰਦੇ ਨਾਲ ਅਸੀਂ ਜੈੱਡ ਦੀ ਮੰਗੋਤਰ ਅਤੇ ਪਿਛਲੇ 10 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਉਸ ਦੀ ਸਾਥੀ ਰਹੀ ਸਟੈਫ਼ਨੀ ਦੇ ਅਚਾਨਕ ਦਿਹਾਂਤ ਦੀ ਖ਼ਬਰ ਸਾਂਝੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਸਟੈਫ਼ਨੀ ਜੈੱਡ ਲਈ ਸਭ ਕੁਝ ਸੀ। ਉਸ ਨੂੰ ਉਸ ਦੀ ਨਿੱਘ, ਹਮਦਰਦੀ ਅਤੇ

ਓਵੇਰੀਅਨ ਕੈਂਸਰ 'ਤੇ ਕੀਤੇ ਗਏ ਉਸ ਦੇ PhD ਖੋਜ ਕਾਰਜਾਂ ਲਈ ਹਮੇਸ਼ਾ ਯਾਦ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।" ਸਟੈਫ਼ਨੀ ਦੀ ਮੌਤ ਕਿਨ੍ਹਾਂ ਹਾਲਾਤ 'ਚ ਹੋਈ, ਇਸ ਬਾਰੇ ਅਜੇ ਤਕ ਕੋਈ ਅਧਿਕਾਰਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਪਰਿਵਾਰ ਨੇ ਇਸ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਘੜੀ 'ਚ ਨਿੱਜਤਾ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਸਟੈਫ਼ਨੀ ਪਿਛਲੇ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਤੋਂ ਦੂਰ ਸੀ।

ਉਸ ਨੂੰ 5 ਮਾਰਚ ਦੀ ਸਵੇਰ ਨੂੰ ਰਿਹਾਅ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਨੂੰ ਹੁਣ 4 ਮਈ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ 'ਚ ਪੇਸ਼ ਹੋਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਦੇ ਇੱਕ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਨੇ ਇਸ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਭਰੀ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਦੱਸਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੇਗੀ, ਅਤੇ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਲੜੀਂਦੇ ਸੁਧਾਰ ਵਲ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਸਾਬਿਤ ਹੋਵੇਗਾ।

ਉਸ ਨੂੰ 5 ਮਾਰਚ ਦੀ ਸਵੇਰ ਨੂੰ ਰਿਹਾਅ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਨੂੰ ਹੁਣ 4 ਮਈ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ 'ਚ ਪੇਸ਼ ਹੋਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਦੇ ਇੱਕ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਨੇ ਇਸ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਭਰੀ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਦੱਸਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੇਗੀ, ਅਤੇ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਲੜੀਂਦੇ ਸੁਧਾਰ ਵਲ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਸਾਬਿਤ ਹੋਵੇਗਾ।

ਉਸ ਨੂੰ 5 ਮਾਰਚ ਦੀ ਸਵੇਰ ਨੂੰ ਰਿਹਾਅ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਨੂੰ ਹੁਣ 4 ਮਈ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ 'ਚ ਪੇਸ਼ ਹੋਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਦੇ ਇੱਕ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਨੇ ਇਸ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਭਰੀ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਦੱਸਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੇਗੀ, ਅਤੇ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਲੜੀਂਦੇ ਸੁਧਾਰ ਵਲ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਸਾਬਿਤ ਹੋਵੇਗਾ।

ਉਸ ਨੂੰ 5 ਮਾਰਚ ਦੀ ਸਵੇਰ ਨੂੰ ਰਿਹਾਅ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਨੂੰ ਹੁਣ 4 ਮਈ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ 'ਚ ਪੇਸ਼ ਹੋਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਦੇ ਇੱਕ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਨੇ ਇਸ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਭਰੀ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਦੱਸਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੇਗੀ, ਅਤੇ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਲੜੀਂਦੇ ਸੁਧਾਰ ਵਲ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਸਾਬਿਤ ਹੋਵੇਗਾ।

ਉਸ ਨੂੰ 5 ਮਾਰਚ ਦੀ ਸਵੇਰ ਨੂੰ ਰਿਹਾਅ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਨੂੰ ਹੁਣ 4 ਮਈ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ 'ਚ ਪੇਸ਼ ਹੋਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਦੇ ਇੱਕ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਨੇ ਇਸ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਭਰੀ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਦੱਸਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬ੍ਰਿਟੇਨੀ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੇਗੀ, ਅਤੇ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ 'ਚ ਲੜੀਂਦੇ ਸੁਧਾਰ ਵਲ ਪਹਿਲਾ ਕਦਮ ਸਾਬਿਤ ਹੋਵੇਗਾ।

