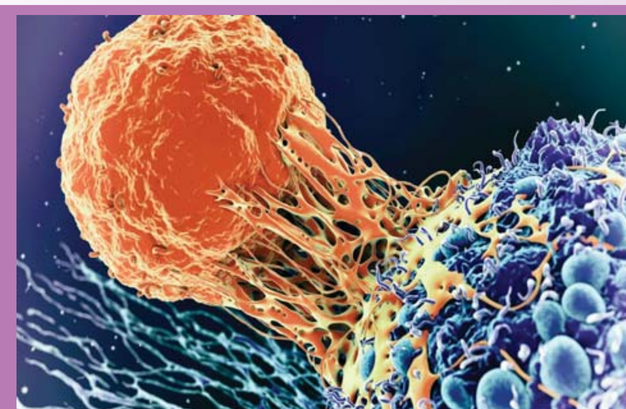
ਐਤਵਾਰ ਸਪੈਸ਼ਲ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ

ਐਤਵਾਰ 07 ਅਪ੍ਰੈਲ 2024

ਇਨ੍ਹਾਂ 7 ਬੁਰੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਕਾਰਨ ਤੁਸੀਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ, ਅੱਜ ਹੀ ਸੁਧਾਰੋ



ਲਾਈਫਸਟਾਈਲ ਡੈਸਕ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ :ਕੈਂਸਰ: ਕੈਂਸਰ ਇੱਕ ਘਾਤਕ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਹਰ ਸਾਲ ਲੱਖਾਂ ਲੋਕ ਆਪਣੀ ਜਾਨ ਗੁਆ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਵਰਲਡ ਹੈਲਥ ਆਰਗੇਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਅਨੁਸਾਰ, ਸਾਲ 2020 ਵਿੱਚ, ਲਗਪਗ 1 ਕਰੋੜ ਜਾਨਾਂ ਇਕੱਲੇ ਕੈਂਸਰ ਕਾਰਨ ਚਲੀਆਂ ਗਈਆਂ। ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵੱਧ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਕ ਰਿਪੋਰਟ ਮੁਤਾਬਕ ਸਾਲ 2050 ਤੱਕ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਮਾਮਲੇ 77 ਫੀਸਦੀ ਤੱਕ ਵਧ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਹਾਲਾਂਕਿ ਅਜੇ ਵੀ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਬਹੁਤ ਘਾਟ ਹੈ। ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਕਾਰਨਾਂ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਸੀਮਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਇਸ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਜੋਖਮ ਦੇ ਕਾਰਕਾਂ ਵਿੱਚ ਸਾਡੀ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਕੁਝ ਆਦਤਾਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਅੱਜ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਅਜਿਹੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣ ਜਾ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰ ਕੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਓ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਹਨ ਉਹ ਆਦਤਾਂ।

ਅਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਅਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਕਾਰਨ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਮੋਟਾਪੇ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਕਾਰਨ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਵੀ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਛਾਤੀ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਕੋਲੋਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ, ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਬੈਠਣ ਵਾਲੀ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਰਹਿਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਕਸਰਤ ਕਰੋ। ਇਹ ਨਾ ਸਿਰਫ ਸਿਹਤਮੰਦ ਦਿਲ ਅਤੇ ਭਾਰ ਘਟਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਬਲਕਿ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਵਿਚ ਵੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਕੋਲਡ ਡ੍ਰਿੰਕ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਘਰ, ਗਰਮੀ ਦੇ ਮੌਸਮ 'ਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਆਪਸ਼ਨਾਂ ਨਾਲ ਬਦਲੋਕੋਲਡ ਡ੍ਰਿੰਕ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਘਰ, ਗਰਮੀ ਦੇ ਮੌਸਮ 'ਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਆਪਸ਼ਨਾਂ ਨਾਲ ਬਦਲੋ

ਚੀਨੀ ਜਿੰਨੀ ਮਿੱਠੀ ਸੁਆਦ ਹੋਵੇ, ਇਸ ਦੇ ਸਾਡੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਕੌੜੇ ਨਤੀਜੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਖੰਡ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਦੇ ਕਾਰਨ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਕਾਫ਼ੀ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਖੰਡ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਕਾਰਨ, ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਸੋਜਸ਼ ਵਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਫ੍ਰੀ ਰੈਡੀਕਲ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਨੁਕਸਾਨ ਕਾਰਨ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਕਾਫ਼ੀ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਆਪਣੇ ਭੋਜਨ 'ਚ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਰਿਫਾਇੰਡ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਬਜਾਏ ਗੁੜ ਵਰਗੇ ਮਿੱਠੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਖੁਰਾਕ ਵਿੱਚ ਲਾਲ ਜਾਂ ਪ੍ਰੋਸੈਸਡ ਮੀਟ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਕੈਂਸਰ ਨੂੰ ਸੱਦਾ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦ ਮਿਸ਼ਰਣ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਾਈਟ੍ਰਾਈਟਸ, ਸਾਡੇ ਪੇਟ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਪੇਟ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਕੋਲੋਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਖਤਰਾ ਕਾਫੀ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ, ਆਪਣੀ ਖੁਰਾਕ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਦੇ ਹੋਰ ਸਰੋਤਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਰੈੱਡ ਮੀਟ ਜਾਂ ਪ੍ਰੋਸੈਸਡ ਮੀਟ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰੋ।

ਜ਼ਿਆਦਾ ਭਾਰ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਖਤਰਾ ਕਾਫੀ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਛਾਤੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ, ਪੈਨਕ੍ਰੀਆਟਿਕ ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਕੋਲੋਰੈਕਟਲ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਕਾਫ਼ੀ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਭਾਰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਸਿਹਤਮੰਦ ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਕਸਰਤ ਆਦਿ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਲਓ।

ਤੰਬਾਕੂ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਗੱਲ ਇੱਥੇ ਹੀ ਖਤਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਤੰਬਾਕੂ ਅਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ ਸੇਵਨ ਨਾਲ ਸਿਰ ਅਤੇ ਗਰਦਨ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਵੀ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸ਼ਰਾਬ ਵੀ ਜਿਗਰ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜਿਗਰ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਤੰਬਾਕੂ ਅਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਤੋਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੂਰੀ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖੋ।

ਹਰ ਰੋਜ਼ ਲੱਗ ਰਹੇ ਹਨ ਵੀਜ਼ਾ ਹੀ ਵੀਜ਼ਾ
ਕੈਨੇਡਾ
ਸ਼ੈਨੇਗਨ/ ਯੂ.ਕੇ./ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਟੂਰਿਸਟ ਵੀਜ਼ਾ
2155 ਵੀਜ਼ਾ
1 ਜਨਵਰੀ 2024 ਤੋਂ 30 ਮਾਰਚ 2024 ਤੱਕ ਲੱਗੇ
easyvisa
8194 828282

ਸੱਚ ਤੇ ਨਿਡਰ ਆਵਾਜ਼
ਰੋਜ਼ਾਨਾ
ਲੋਕ ਬਾਣੀ
DAILY LOKBANI JALANDHAR
ਮੁੱਖ ਸੰਪਾਦਕ ਅਮਨਦੀਪ ਮਹਿਰਾ
ਐਤਵਾਰ 07 ਅਪ੍ਰੈਲ 2024

ਨਿਰਪੱਖ ਪੱਤਰਕਾਰੀ ਦਾ ਸਾਥ ਦੇਣ ਲਈ
ਪੜ੍ਹੋ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਲੋਕ ਬਾਣੀ

R.N.I.Punpun/29016/2008 * ਸਾਲ 15 * ਅੰਕ : 317 * ਮੁੱਲ ; 5.00 ਰੁਪਏ * ਕੁੱਲ ਪੇਜ਼ 10 * ਦਫਤਰ : 0181-2211009 * : M 99155-94111

ਹਰ ਰੋਜ਼ ਲੱਗ ਰਹੇ ਹਨ ਵੀਜ਼ਾ ਹੀ ਵੀਜ਼ਾ
ਕੈਨੇਡਾ
2155 ਵੀਜ਼ਾ
1 ਜਨਵਰੀ 2024 ਤੋਂ 30 ਮਾਰਚ 2024 ਤੱਕ ਲੱਗੇ
ਸ਼ੈਨੇਗਨ/ ਯੂ.ਕੇ./ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਟੂਰਿਸਟ ਵੀਜ਼ਾ
easyvisa | 8194 828282

ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਰੁਕ ਰਿਹਾ ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਦਾ ਸਿਲਸਿਲਾ ਇਕ ਹੋਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਹੋਈ ਮੌਤ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ/ ਨਿਊਯਾਰਕ

ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਓਹੀਓ ਸੂਬੇ ਵਿਚ ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ। ਨਿਊਯਾਰਕ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਦੇ ਡਿਪਲੋਮੈਟਿਕ ਮਿਸ਼ਨ ਨੇ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਉਸ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕਲੀਵਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਉਮਾ ਸੱਤਿਆ ਸਾਈਂ ਗੱਡੇ ਦੀ ਮੰਦਭਾਗੀ ਮੌਤ ਦੀ ਖ਼ਬਰ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਦੁਖੀ ਹੈ।

ਪੁਲੀਸ ਮਾਮਲੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਦੂਤਘਰ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਉਮਾ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਹਰ ਸੰਭਵ ਸਹਾਇਤਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਮਾ ਗੱਡੇ ਦੀ ਦੇਹ ਨੂੰ ਜਲਦ ਤੋਂ ਜਲਦ ਭਾਰਤ ਭੇਜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਸਾਲ ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਹੁਣ ਤੱਕ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਛੇ ਭਾਰਤੀ ਮੂਲ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ।

ਅਗਲੇ 2 ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਵੇਗੀ ਭਿਆਨਕ ਗਰਮੀ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ/ ਦਿੱਲੀ

ਅਪ੍ਰੈਲ ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਅਗਲੇ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਭਿਆਨਕ ਗਰਮੀ ਦਾ ਦੌਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਭਾਰਤੀ ਮੌਸਮ ਵਿਭਾਗ (IMD) ਨੇ ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਨੂੰ ਹੀਟਵੇਵ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਅਲਰਟ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਾਇਦੀਪ ਅਤੇ ਪੂਰਬੀ ਭਾਰਤ ਦੇ ਕੁਝ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਅਗਲੇ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਹੀਟ ਵੇਵ ਦੇ ਹਾਲਾਤ ਬਣੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਗਰਮੀ ਦੀ ਲਹਿਰ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਓਡੀਸ਼ਾ, ਗੰਗਾ ਪੱਛਮੀ ਬੰਗਾਲ, ਝਾਰਖੰਡ, ਵਿਦਰਭ, ਉੱਤਰੀ ਅੰਦਰੂਨੀ ਕਰਨਾਟਕ, ਤੱਟਵਰਤੀ ਆਂਧਰਾ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਯਾਨਾਮ, ਰਾਇਲਸੀਮਾ ਅਤੇ ਤੇਲੰਗਾਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਕਾਨੂੰਨ ਨਾਮ ਦੀ ਚਿੱਜ ਹੈ ਕੇ ਨਹੀ ਫੇਰ ਹੋਈ 20 ਲੱਖ ਦੀ ਲੁੱਟ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ/ ਅਮ੍ਰਿਤਸਰ

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਵਿਖੇ ਆਈਸੀਆਈਸੀਆਈ ਬੈਂਕ ਵਿਚ ਤਿੰਨ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਵਲੋਂ ਚਿੱਟੇ ਦਿਨੇ ਡਾਕਾ ਮਾਰ ਕੇ ਕਰੀਬ 20 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦੀ ਲੁੱਟ ਕਰ ਲਈ ਗਈ। ਹਥਿਆਰਬੰਦ ਲੁਟੇਰੇ ਜਦੋਂ ਬੈਂਕ ਵਿਚ ਦਾਖਲ ਹੋਏ ਤਾਂ, ਉਸ ਵੇਲੇ ਬੈਂਕ ਵਿਚ ਕੋਈ ਗਾਹਕ ਨਹੀਂ ਸੀ ਅਤੇ ਸਿਰਫ਼ ਬੈਂਕ ਦੇ ਮੁਲਾਜ਼ਮ ਹੀ ਸਨ। ਬੈਂਕ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੀ ਮੰਨੀਏ ਤਾਂ, ਲੁਟੇਰਿਆਂ ਕੋਲ ਹਥਿਆਰ ਸਨ ਅਤੇ ਉਹ ਕਰੀਬ 20 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਲੁੱਟ ਕੇ ਫਰਾਰ ਹੋ ਗਏ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਵਲੋਂ ਘਟਨਾ ਸਥਾਨ ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਦੀ ਗੱਲ ਆਖੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

ਲੁਧਿਆਣਾ 'ਚ ਤੈਨਾਤ ਏਸੀਪੀ ਤੇ ਪੁਲਿਸ ਮੁਲਾਜ਼ਮ ਦੀ ਹੋਈ ਸੜਕ ਹਾਦਸੇ ਵਿੱਚ ਮੌਤ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ/ ਲੁਧਿਆਣਾ, ਸੁਖਚੈਨ ਮਹਿਰਾ

ਸਮਰਾਲਾ ਦੇ ਪਿੰਡ ਦਿਆਲਪੁਰਾ ਨੇੜੇ ਲੁਧਿਆਣਾ-ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਹਾਈਵੇਅ 'ਤੇ ਬੀਤੀ ਬਾਤ ਪੁਲੀਸ ਅਧਿਕਾਰੀ ਦੀ ਫਾਰਚੂਨਰ ਅਤੇ ਸਾਹਮਣੇ ਤੋਂ ਆ ਰਹੀ ਸਕਾਰਪੀਓ ਵਿਚਾਲੇ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਟੱਕਰ ਕਾਰਨ ਲੁਧਿਆਣਾ ਈਸਟ ਦੇ ਏਸੀਪੀ ਸੰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਗੰਨਮੈਨ ਪਰਮਜੋਤ ਸਿੰਘ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ, ਜਦਕਿ ਫਾਰਚੂਨਰ ਦੇ ਡਰਾਈਵਰ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਲੁਧਿਆਣਾ ਰੈਫ਼ਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਪ੍ਰਾਪਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਤਾਬਕ ਏਸੀਪੀ ਸੰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਦੇਰ ਰਾਤ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਤੋਂ ਲੁਧਿਆਣਾ ਆ ਰਹੇ ਸਨ।

ਜਲੰਧਰ ਰੇਲਵੇ ਸਟੇਸ਼ਨ ਤੇ ਨਿਹੰਗ ਸਿੰਘ ਨੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਮਾਰੀ ਕਿਰਪਾਨ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ/ ਜਲੰਧਰ, ਹਰਬੰਸ ਬਿੱਟੂ

ਜਲੰਧਰ - ਜਲੰਧਰ ਸਿਟੀ ਰੇਲਵੇ ਸਟੇਸ਼ਨ ਦੇ ਪਲੇਟਫਾਰਮ ਨੰਬਰ- 2 'ਤੇ ਉਸ ਸਮੇਂ ਹੰਗਾਮਾ ਹੋ ਗਿਆ ਜਦੋਂ ਇਥੇ ਇਕ ਨਿਹੰਗ ਸਿੰਘ ਦਾ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਵੈਂਡਰ ਨਾਲ ਵਿਵਾਦ ਹੋ ਗਿਆ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਤੈਸ਼ ਵਿਚ ਆਏ ਨਿਹੰਗ ਨੇ ਵੈਂਡਰ ਦੇ ਸਿਰ 'ਤੇ ਕਿਰਪਾਨ ਮਾਰ ਦਿੱਤੀ ਅਤੇ ਉਹ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਵਿਚ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਹੋ ਗਿਆ। ਖ਼ੂਨ ਨਾਲ ਲਥਪਥ ਵੈਂਡਰ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਹਸਪਤਾਲ ਲਿਜਾਇਆ ਗਿਆ। ਵੈਂਡਰ ਦਾ ਨਾਂ ਸੰਜੇ ਕੁਮਾਰ ਦੱਸਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਪਲੇਟਫਾਰਮ ਨੰਬਰ-2 'ਤੇ ਖੜ੍ਹੀ ਛੱਤੀਸਗੜ੍ਹ ਐਕਸਪ੍ਰੈੱਸ ਵਿਚ ਸਵਾਰ ਹੋ ਕੇ ਨਿਹੰਗ ਨਿਕਲ ਗਿਆ।

ਕਲਯੁਗੀ ਭਰਾ ਦੀ ਕਰਤੂਤ ਕਰਤਾ ਭਰਾ ਦਾ ਕਤਲ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ/ ਭਦੌੜ

-ਭਦੌੜ ਨੇੜਲੇ ਪਿੰਡ ਸੰਧੂ ਕਲਾਂ ਵਿਖੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਰਿਸ਼ਤੇ ਉਸ ਸਮੇਂ ਤਾਰ-ਤਾਰ ਹੋ ਗਏ ਜਦੋਂ ਸਕੇ ਭਰਾਵਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਹੋਈ ਤਕਰਾਰ ਪਿੱਛੋਂ ਭਰਾ ਨੇ ਭਰਾ ਦਾ ਕਿਸੇ ਤਿੱਖੀ ਵਸਤੂ ਮਾਰ ਕੇ ਕਤਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਘਟਨਾ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਪੁੱਜਣ ਸਮੇਂ ਦੇਖਿਆ ਕਿ ਥਾਣਾ ਭਦੌੜ ਦੀ ਪੁਲਿਸ ਇਸ ਕਤਲ ਮਾਮਲੇ ਦੀ ਬਾਰੀਕੀ ਨਾਲ ਪੁੱਛ-ਪੜਤਾਲ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ।

ਪੱਛਮੀ ਬੰਗਾਲ ਵਿਚ ਗਈ ਐਨਆਈਏ ਦੀ ਟੀਮ ਤੇ ਲੋਕਾਂ ਕੀਤਾ ਪਥਰਾਵ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ/ ਕੋਲਕਾਤਾ

ਪੱਛਮੀ ਬੰਗਾਲ ਦੇ ਪੂਰਬੀ ਮੇਦਿਨੀਪੁਰ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਭੂਪਤੀਨਗਰ ਇਲਾਕੇ 'ਚ 2022 ਬੰਬ ਧਮਾਕੇ ਮਾਮਲੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਲਈ ਗਈ ਕੌਮੀ ਜਾਂਚ ਏਜੰਸੀ (ਐੱਨਆਈਏ) ਦੀ ਟੀਮ 'ਤੇ ਅੱਜ ਪਿੰਡ ਵਾਸੀਆਂ ਨੇ ਹਮਲਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਐੱਨਆਈਏ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੀ ਟੀਮ ਨੇ ਸਵੇਰੇ ਮਾਮਲੇ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਦੋ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਟੀਮ ਕੋਲਕਾਤਾ ਵਾਪਸ ਜਾ ਰਹੀ ਸੀ, ਜਦੋਂ ਉਸ ਦੇ ਵਾਹਨ 'ਤੇ ਹਮਲਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਸਥਾਨਕ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਗੱਡੀ ਨੂੰ ਘੇਰ ਲਿਆ ਅਤੇ ਉਸ 'ਤੇ ਪਥਰਾਅ ਕੀਤਾ।

ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਹਰ ਜਿਲ੍ਹੇ ਤੋਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਲੋਕ ਬਾਣੀ ਅਖ਼ਬਾਰ ਲਈ
ਪੱਤਰਕਾਰਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਚਾਹਵਾਨ ਪੱਤਰਕਾਰ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਮੁੱਖ ਦਫਤਰ
ਲੋਕ ਬਾਣੀ ਸੰਗਮ ਕੰਪਲੈਕਸ, ਮਿਲਾਪ ਚੌਕ ਜਲੰਧਰ 99155-94111

ਚੋਣਾਂ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਪ੍ਰਿੰਟ ਮੀਡੀਆ ਵਿੱਚ ਛਪਣ ਵਾਲੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਾਂ ਦੀ ਮੀਡੀਆ ਸਰਟੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਮੋਨੀਟਰਿੰਗ ਕਮੇਟੀ ਤੋਂ ਪੂਰਵ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਲੈਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ/ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ-ਨਵਨੀਤ ਕੁਮਾਰ

– ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਚੋਣ ਅਫ਼ਸਰ-ਕਮ-ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਸ੍ਰੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਾਰੰਗਲ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਭਾਰਤੀ ਚੋਣ ਕਮਿਸ਼ਨ ਵੱਲੋਂ ਚੋਣਾਂ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਦੇ ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਬਿਨਾਂ ਪੂਰਵ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਤੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਸਿਆਸੀ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਛਾਪਣ 'ਤੇ ਰੋਕ ਲਗਾਈ ਗਈ ਹੈ। ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਚੋਣ ਅਫ਼ਸਰ ਨੇ ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਿਆਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਮਤਦਾਨ 01 ਜੂਨ, 2024 ਨੂੰ ਹੋਣਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ 31 ਮਈ, 2024 ਅਤੇ 01 ਜੂਨ, 2024 ਦੇ ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਸਿਆਸੀ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਛਪਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਨੂੰ ਮੀਡੀਆ ਸਰਟੀਫਿਕੇਸਨ ਅਤੇ ਮੋਨੀਟਰਿੰਗ ਕਮੇਟੀ ਤੋਂ ਪੂਰਵ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਲੈਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਮੂਹ ਸਿਆਸੀ ਪਾਰਟੀਆਂ ਅਤੇ ਮੀਡੀਆ ਅਦਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਕਿ ਉਹ ਇਹਨਾਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਸਖ਼ਤੀ ਨਾਲ ਪਾਲਣ ਕਰਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਨਿਕ ਮੀਡੀਆ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਸਿਆਸੀ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਇਸ ਸਮੇਂ ਵੀ ਬਿਨਾਂ ਮੀਡੀਆ ਸਰਟੀਫਿਕੇਸਨ ਅਤੇ ਮੋਨੀਟਰਿੰਗ ਕਮੇਟੀ ਦੀ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਤੋਂ ਜਾਰੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਚੋਣ ਕਮਿਸ਼ਨ ਵੱਲੋਂ ਬਕਾਇਦਾ ਹਦਾਇਤਾਂ ਜਾਰੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਚੋਣਾਂ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਪ੍ਰਿੰਟ ਮੀਡੀਆ ਵਿਚ ਛਪਣ ਵਾਲੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰੀ-ਸਰਟੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਲਈ ਉਮੀਦਵਾਰ ਜਾਂ ਪਾਰਟੀ ਨੂੰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਦੋ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਮੀਡੀਆ ਸਰਟੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਮੋਨੀਟਰਿੰਗ ਕਮੇਟੀ ਕੋਲ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੋਵੇਗਾ। ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਚੋਣ ਅਫ਼ਸਰ ਸ੍ਰੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਾਰੰਗਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੁੱਲ ਦੀਆਂ ਖ਼ਬਰਾਂ ਤੇ ਚੋਣ ਕਮਿਸ਼ਨ ਦੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਮੀਡੀਆ ਸਰਟੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਮੋਨੀਟਰਿੰਗ ਕਮੇਟੀ ਵੱਲੋਂ ਲਗਾਤਾਰ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਉਮੀਦਵਾਰ ਵੱਲੋਂ ਮੁੱਲ ਦੀਆਂ ਖ਼ਬਰਾਂ ਛਪਵਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਖ਼ਰਚਾ ਵੀ ਉਮੀਦਵਾਰ ਦੇ ਚੋਣ ਖ਼ਰਚ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਲਈ ਪ੍ਰਿੰਟ ਮੀਡੀਆ, ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਅਤੇ ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਨਿਕ ਮੀਡੀਆ ਦੀ ਲਗਾਤਾਰ ਨਜ਼ਰਸਾਨੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

AAP ਵਿਧਾਇਕ ਦੀਆਂ ਵਧੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ, ED ਨੇ ਖੜਕਾਇਆ ਅਦਾਲਤ ਦਾ ਦਰਵਾਜ਼ਾ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ/ ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ-

ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਓਖਲਾ ਤੋਂ ਵਿਧਾਇਕ ਅਮਾਨਤੁੱਲਾ ਖਾਨ ਦੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਵਧਦੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਇਨਫੋਰਸਮੈਂਟ ਡਾਇਰੈਕਟੋਰੇਟ (54) ਨੇ ਸੰਮਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਾ ਕਰਨ 'ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਅਦਾਲਤ 'ਚ ਪਟੀਸ਼ਨ ਦਾਇਰ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਦੱਸ ਦੇਈਏ ਕਿ ਜਾਂਚ ਏਜੰਸੀ ਵਿਧਾਇਕ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਵਿੱਤੀ ਬੇਨਿਯਮੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਹ ਦਿੱਲੀ ਵਕਫ ਬੋਰਡ ਦੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਸਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਈਡੀ ਨੇ ਦਿੱਲੀ ਵਕਫ਼ ਬੋਰਡ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਮਨੀ ਲਾਂਡਰਿੰਗ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਵਿਧਾਇਕ ਅਮਾਨਤੁੱਲਾ ਖਾਨ ਦੇ ਕਈ ਟਿਕਾਣਿਆਂ 'ਤੇ ਛਾਪੇਮਾਰੀ ਕੀਤੀ ਸੀ।

ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਤਾਬਕ ਜਾਂਚ ਏਜੰਸੀ 54 ਨੇ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਨੂੰ ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ ਦੀ ਰੋਸ ਐਵੇਨਿਊ ਕੋਰਟ 'ਚ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਸ਼ਿਕਾਇਤ 'ਚ ਓਖਲਾ ਦੇ ਵਿਧਾਇਕ ਅਮਾਨਤੁੱਲਾ ਖਾਨ 'ਤੇ ਜਾਂਚ ਏਜੰਸੀ ਦੇ ਸੰਮਨ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਾ ਕਰਨ ਦਾ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਦੱਸ ਦੇਈਏ ਕਿ 54 ਨੇ ਪੀਐਮਐਲਏ, 2002 ਦੀ ਧਾਰਾ 190 (1) (ਏ) ਅਤੇ ਧਾਰਾ 50 ਦੇ ਤਹਿਤ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਨਾ ਹੋਣ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਈਡੀ ਦਿੱਲੀ ਵਕਫ਼ ਬੋਰਡ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਇੱਕ ਮਨੀ ਲਾਂਡਰਿੰਗ ਮਾਮਲੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ 'ਆਪ' ਵਿਧਾਇਕ ਅਮਾਨਤੁੱਲਾ ਖਾਨ ਨੇ ਪਿਛਲੇ ਮਹੀਨੇ ਦਿੱਲੀ ਹਾਈ ਕੋਰਟ 'ਚ ਅਗਾਊਂ ਜ਼ਮਾਨਤ ਪਟੀਸ਼ਨ ਦਾਇਰ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਕਿ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਸੰਮਨ ਜਾਰੀ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਵਿਧਾਇਕ ਜਾਂਚ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੋਏ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਰਵੱਈਆ ਜਾਂਚ ਵਿੱਚ ਅੜਿੱਕਾ ਬਣਦਾ ਜਾਪਦਾ ਹੈ। ਦਰਅਸਲ, ਓਖਲਾ ਦੇ ਵਿਧਾਇਕ ਅਮਾਨਤੁੱਲਾ ਖਾਨ 'ਤੇ ਦਿੱਲੀ ਵਕਫ ਬੋਰਡ 'ਚ ਭਰਤੀ ਦੌਰਾਨ ਕਥਿਤ ਬੇਨਿਯਮੀਆਂ ਦਾ ਦੋਸ਼ ਹੈ। ਦੋਸ਼ ਹੈ ਕਿ ਵਿਧਾਇਕ ਨੇ 32 ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਭਰਤੀ ਕੀਤਾ। ਈਡੀ ਦਾ ਦੋਸ਼ ਹੈ ਕਿ ਵਿਧਾਇਕ ਨੇ ਭਰਤੀ ਦੇ ਨਾਂ 'ਤੇ ਵੱਡੀ ਰਕਮ ਵਸੂਲੀ ਹੈ।48 ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਕੇਸਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ 'ਤੇ ਵੀ ਪੂਰਨ ਪਾਬੰਦੀ ਹੋਵੇਗੀ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸ ਦੇਈਏ ਕਿ ਜਨ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਐਕਟ 1951 ਦੀ ਧਾਰਾ 126ਏ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵਿਵਸਥਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਕੋਈ ਐਗਜ਼ਿਟ ਪੋਲ ਸਰਵੇ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਐਗਜ਼ਿਟ ਪੋਲ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਪ੍ਰਿੰਟ ਜਾਂ ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕ ਮੀਡੀਆ ਰਾਹੀਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਉਸਨੂੰ 2 ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੀ ਕੈਦ ਅਤੇ ਜੁਰਮਾਨਾ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਵਾਪਰਿਆ ਭਿਆਨਕ ਸੜਕ ਹਾਦਸਾ, 5 ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੌਤ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ/ ਕੋਟਕਪੂਰਾ

ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਕੋਟਕਪੂਰਾ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚ ਭਿਆਨਕ ਸੜਕ ਹਾਦਸਾ ਵਾਪਰਣ ਦੀ ਖ਼ਬਰ ਹੈ। ਦੱਸਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ, ਪਿੰਡ ਪੰਜਗਰਾਈ ਖੁਰਦ ਨੇੜੇ ਲੰਘੀ ਰਾਤ ਦੋ ਵਾਹਨਾਂ ਵਿਚਾਲੇ ਟੱਕਰ ਹੋ ਗਈ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਦੋ ਔਰਤਾਂ ਸਮੇਤ 5 ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ। ਦੱਸਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ, ਇਸ ਹਾਦਸੇ ਵਿਚ 8 ਲੋਕ ਜ਼ਖਮੀ ਹੋ ਗਏ।

ਮ੍ਰਿਤਕਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਸੁਖਦੇਵ ਰਾਜ (38), ਲਵਪ੍ਰੀਤ (22), ਕਰਮਜੀਤ ਕੌਰ (36) ਪਤਨੀ ਸੁਰੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ, ਕਰਮਜੀਤ ਕੌਰ (35) ਪਤਨੀ ਸੁਖਚੈਨ ਸਿੰਘ, ਦੀਪਕ ਕੁਮਾਰ (27) ਵਜੋਂ ਹੋਈ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਮ੍ਰਿਤਕ ਮੁਕਤਸਰ ਦੇ ਪਿੰਡ ਮਰਾੜ੍ਹ ਕਲਾਂ ਦੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਹਨ।

ਦੱਸਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ, ਉਕਤ 13 ਲੋਕ ਇੱਕ ਧਾਰਮਿਕ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਮੱਥਾ ਟੇਕਣ ਤੋਂ ਮੱਥਾ ਟੇਕਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਾਪਸ ਆ ਰਹੇ ਸੀ ਤਾਂ, ਜਦੋਂ ਉਕਤ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਵਾਹਨ ਪੰਜਗਰਾਈਂ ਖੁਰਦ ਤੱਕ ਪੁੱਜਿਆ ਤਾਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਟੱਕਰ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਤੋਂ ਆ ਰਹੀ ਵਾਹਨ ਨੇ ਟੱਕਰ ਮਾਰ ਦਿੱਤੀ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ 5 ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ।

ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਭਾਰਤੀ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਵਾਪਰਿਆ ਦਰਦਨਾਕ ਸੜਕ ਹਾਦਸਾ, ਮਾਂ-ਧੀ ਦੀ ਮੌਤ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ/ ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ-

ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਪੋਰਟਲੈਂਡ 'ਚ ਔਰਤ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਬੇਟੀ, ਜੋ ਮੂਲ ਰੂਪ 'ਚ ਭਾਰਤ ਦੇ ਆਂਧਰਾ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੀ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਹੈ, ਦੀ ਇਕ ਹਾਦਸੇ 'ਚ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਤਾਬਕ ਔਰਤ ਦੇ ਜਨਮ ਦਿਨ ਮੌਕੇ ਪਰਿਵਾਰ ਪੂਜਾ ਲਈ ਮੰਦਰ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਔਰਤ ਦੀ ਉਮਰ 32 ਸਾਲ ਸੀ।

ਕਾਮਥਮ ਗੀਤਾਂਜਲੀ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਜ਼ਿਲੇ ਦੇ ਕੋਨਾਕਾਂਚੀ ਦੀ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਸੀ। ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਗੀਤਾਂਜਲੀ ਦੱਖਣ ਮੈਰੀਡੀਅਨ ਰੋਡ 'ਤੇ ਗੱਡੀ ਚਲਾ ਰਹੀ ਸੀ ਅਤੇ ਸਟਾਪ ਸਾਈਨ 'ਤੇ ਆਪਣੀ ਕਾਰ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਅਸਫਲ ਰਹੀ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਉਸਦੀ ਕਾਰ ਇੱਕ ਫੋਰਡ ਹਾਈਵੇਅ 211 'ਤੇ ਪੱਛਮ ਵੱਲ ਜਾ ਰਹੀ ਇੱਕ ਹੋਰ ਕਾਰ ਨਾਲ ਟਕਰਾ ਗਈ।

ਮ੍ਰਿਤਕਾ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਗੀਤਾਂਜਲੀ ਦੀ 5 ਸਾਲ ਦੀ ਬੇਟੀ ਹਨਿਕਾ ਦੀ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਹੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ। ਗੀਤਾਂਜਲੀ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜ਼ਖਮੀ ਹੋ ਗਈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਏਅਰਲਿਫਟ ਕਰਕੇ ਹਸਪਤਾਲ ਲਿਜਾਇਆ ਗਿਆ ਪਰ ਬਾਅਦ 'ਚ ਡਾਕਟਰਾਂ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਮ੍ਰਿਤਕ ਐਲਾਨ ਦਿੱਤਾ।

ਹਾਦਸੇ 'ਚ ਉਸ ਦਾ ਪਤੀ ਨਰੇਸ਼ ਅਤੇ ਬੇਟਾ ਵੀ ਜ਼ਖਮੀ ਹੋ ਗਏ ਅਤੇ ਦੋਵੇਂ ਹਸਪਤਾਲ 'ਚ ਜ਼ੇਰੇ ਇਲਾਜ ਹਨ। ਗੀਤਾਂਜਲੀ ਅਤੇ ਉਸ ਦਾ ਪਤੀ ਪਿਛਲੇ 10 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦੋਵੇਂ ਪੇਸ਼ੇ ਤੋਂ ਸਾਫਟਵੇਅਰ ਇੰਜੀਨੀਅਰ ਹਨ।

Punjab 'ਚ ਤਾਲੀਬਾਨੀ ਕਾਰਾ ! ਔਰਤ ਨੂੰ ਨੰਗਾ ਕਰਕੇ ਕੁੱਟਿਆ, ਫਿਰ ਪਿੰਡ 'ਚ ਘੁੰਮਾਇਆ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ/ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ-

ਤਰਨਤਾਰਨ ਵਿਚ ਤਾਲੀਬਾਰੀ ਕਾਰਾ ਵੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਿਆ ਹੈ। ਤਰਨਤਾਰਨ ਦੇ ਇੱਕ ਪਿੰਡ ਲਵ ਮੈਰਿਜ ਦਾ ਏਨਾ ਜਿਆਦਾ ਰੌਲਾ ਪੈ ਗਿਆ ਕਿ, ਲਵ ਮੈਰਿਜ ਕਰਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਮੁੰਡੇ ਦੀ ਮਾਂ ਨੂੰ ਕੁੜੀ ਵਾਲਿਆਂ ਵਲੋਂ ਨੰਗਾ ਕਰਕੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਕੁੱਟਿਆ ਅਤੇ ਫਿਰ ਪਿੰਡ ਵਿਚ ਘੁੰਮਾਇਆ।

ਉਕਤ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਸਰੀਰ ਢੱਕਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦੀ ਮਹਿਲਾ ਕੋਲੋਂ ਕੱਪੜੇ ਖੋਹ ਕੇ ਜਿਥੇ ਗਲੀਆਂ 'ਚ ਭਜਾ ਭਜਾ ਉਸਦੀ ਵੀਡੀਓ ਬਣਾਈ। ਉਕਤ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਵਲੋਂ ਵੀਡੀਓ ਨੂੰ ਬਣਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਹੀ ਨਹੀਂ ਰੱਖਿਆ, ਬਲਕਿ ਵੀਡੀਓ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਤੇ ਵਾਇਰਲ ਹੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀ।

ਹਾਲਾਂਕਿ ਤਿੰਨ ਚਾਰ ਦਿਨ ਥਾਣੇ ਦੇ ਧੱਕੇ ਖਾਣ ਮਗਰੋਂ ਤਰਨਤਾਰਨ ਪੁਲਿਸ ਹਰਕਤ ਵਿਚ ਆਈ ਅਤੇ ਇਸ ਸ਼ਰਮਨਾਕ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਅੰਜਾਮ ਦੇਣ ਦੇ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਇਕ ਹੀ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਤਿੰਨ ਜੀਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਵੱਖ ਵੱਖ ਧਾਰਾਵਾਂ ਤਹਿਤ ਕੇਸ ਦਰਜ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ। ਪਰ ਅਜੇ ਤਕ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮੁਲਜ਼ਮ ਦੀ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕੀ।

ਔਰਤ ਨੇ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ 'ਚ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਇਆ ਕਿ ਉਸਦੇ ਲੜਕੇ ਨੇ ਗੁਆਂਢ ਰਹਿੰਦੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਲੜਕੀ ਨਾਲ ਕਰੀਬ 1 ਮਹੀਨਾ ਪਹਿਲਾਂ ਅਦਾਲਤੀ ਵਿਆਹ ਕਰ ਲਿਆ ਸੀ। ਜਿਸ ਦੀ ਰੰਜਿਸ਼ ਦੇ ਚੱਲਦਿਆਂ 31 ਮਾਰਚ ਦੀ ਸ਼ਾਮ ਲੜਕੀ ਦੇ ਭਰਾਵਾਂ ਅਤੇ ਮਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਦੋ ਅਣਪਛਾਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਘਰ ਦੇ ਬਾਹਰ ਆ ਕੇ ਰੌਲਾ ਪਾਉਣ ਲੱਗੇ।

ਜਦੋਂ ਉਹ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਆਈ ਤਾਂ ਉਕਤ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੇ ਉਸਦੀ ਕੁੱਟਮਾਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕਮੀਜ਼ ਪਾੜ ਕੇ ਉਸਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨੰਗਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਕੁੱਟਮਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਉਸਦੀ ਵੀਡੀਓ ਬਣਾ ਲਈ। ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਭੱਜਦੀ ਰਹੀ ਅਤੇ ਦੁਕਾਨਾਂ 'ਚ ਆਸਰਾ ਲੈਂਦੀ ਰਹੀ।

ਪਰ ਵੀਡੀਓ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੇ ਹਮਲਾਵਰਾਂ ਨੇ ਉਸਦਾ ਪਿੱਛਾ ਨਾ ਛੱਡਿਆ ਤੇ ਫਿਰ ਉਸਦੀ ਵੀਡੀਓ ਸ਼ੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਵਾਇਰਲ ਕਰਕੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਬੇਇੱਜਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ।

ਔਰਤ ਦੇ ਬਿਆਨਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ 5 ਲੋਕਾਂ ਖਿਲਾਫ਼ ਕੇਸ ਦਰਜ- ਪੁਲਿਸ

ਮਾਮਲੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰ ਰਹੇ ਏਐੱਸਆਈ ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪੀੜ੍ਹਤ ਮਹਿਲਾ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ 'ਤੇ ਕੁੱਲ 5 ਲੋਕਾਂ ਖਿਲਾਫ਼ ਕੇਸ ਦਰਜ ਕਰ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਮੁਲਜ਼ਮਾਂ ਦੀ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰੀ ਹੋਣੀ ਬਾਕੀ ਹੈ।

ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਕੀ ਫ਼ੌਜ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੇ 25 ਸਾਲਾ ਸਥਾਪਨਾ ਦਿਵਸ ਮੌਕੇ ਕਰਵਾਏ ਗਏ 'ਸ਼ਾਨ ਦਸਤਾਰ ਦੀ ਅਤੇ ਸਿੱਖ ਗੌਰਵ ਸਨਮਾਨ' ਸਮਾਗਮ ਦੌਰਾਨ ਸੰਸਾਰ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਸਮਾਜਸੇਵੀ ਅਤੇ ਸਰਬੱਤ ਦਾ ਭਲਾ ਚੈਰੀਟੇਬਲ ਟਰੱਸਟ ਦੇ ਮੈਨੇਜਿੰਗ ਟਰੱਸਟੀ ਡਾ.ਐੱਸ.ਪੀ. ਸਿੰਘ ਓਬਰਾਏ ਨੂੰ ''ਸਿੱਖ ਗੌਰਵ ਸਨਮਾਨ'' ਨਾਲ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

ਫੋਟੋ ਅਤੇ ਵੇਰਵਾ-: ਦਵਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ, ਸ੍ਰੀ ਅਨੰਦਪੁਰ ਸਾਹਿਬ।

ਗੋ-ਸਵਾਮੀ ਸ਼੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਭਾ ਦਾਸ ਜੀ ਦੇ ਜਨਮ ਦਿਵਸ ਤੇ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਚ ਕੱਢੀ ਗਈ ਵਿਸ਼ਾਲ ਸ਼ੋਭਾ ਯਾਤਰਾ ਫੋਟੋ - ਨਵਨੀਤ ਕੁਮਾਰ , ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ

ਮਨ ਦੀ ਮੈਲ ਨੂੰ ਧੋਣ ਲਈ ਕਥਾ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਤਮ ਸਾਧਨ : ਸੁਆਮੀ ਰਜਨੀਸ਼ਾ ਨੰਦ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ

ਗ੍ਰਹਿ ਵਿਖੇ ਪਹੁੰਚਣ ਤੇ ਸੁਆਮੀ ਜੀ ਦਾ ਕੀਤਾ ਭਰਮਾ ਸਵਾਗਤ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ/ ਕੋਟ ਇਸ ਖਾਂ 06 ਅਪ੍ਰੈਲ (ਅਰੋੜਾ)

ਸ੍ਰੀ ਭਾਗਵਤ ਸਪਤਾਹ ਮਧੁਰ ਕਾਰਸ਼ਨੀ ਮੰਡਲ ਕੋਟ ਈਸੇ ਖਾਂ ਖਾਂ ਵਿਖੇ ਚੱਲ ਰਹੇ ਹਨ , ਉਸ ਦੌਰਾਨ ਵਰਿੰਦਾਵਨ ਤੋ ਆਏ ਹੋਏ ਸਵਾਮੀ ਸ਼੍ਰੀ ਰਜਨੀਸ਼ਾ ਨੰਦ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ ਨੇ ਡਾਕਟਰ ਗੁਰਸੰਜੀਵ ਗੁਲਾਟੀ , ਡਾਕਟਰ ਅਮਿਤਾ ਗੁਲਾਟੀ ਦੇ ਗ੍ਰਹਿ ਵਿਖੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਵਚਨ ਕੀਤਾ । ਉਹਨਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੋ ਭਗਤ ਨਿਰ ਸਵਾਰਥ ਹੋ ਕੇ ਕਥਾ ਸੁਣਦੇ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਈ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਸੁਖ ਸਮਰਿਧੀ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਕਥਾ ਭਾਵੇਂ ਕੋਈ ਵੀ ਹੋਵੇ ਬਿਨਾਂ ਇਰਾਦੇ ਨਾਲ ਸੁਣੋ , ਮਨ ਦੀ ਮੈਲ ਨੂੰ ਧੋਣਾ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਤਮ ਸਾਧਨ ਕਥਾ ਹੀ ਹੈ । ਕਥਾ ਸੁਣਨ ਅਤੇ ਅਮਲ ਕਰਨ ਦੇ ਬਾਅਦ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਪਾਪਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਉੱਠਦੇ ,ਬੈਠਦੇ ,ਸੌਂਦੇ , ਜਾਗਦੇ ਖਾਂਦੇ ਪੀਂਦੇ ਆਪਣੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸੁਆਮੀ ਰਜਨੀਸ਼ ਨੰਦ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕੁਝ ਵੀ ਕਹਿਣ ਤੋਂ

ਪਹਿਲਾਂ 100 ਵਾਰ ਸੋਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਉਸਦੇ ਕਹਿਣ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਠੇਸ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਰਹੀ ਅਕਸਰ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕੀ ਗੁੱਸੇ ਚ ਵਿਅਕਤੀ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਬੁਰਾ ਭਲਾ ਕਹਿ ਦਿੰਦਾ ਹੈ , ਪਰ ਬਾਅਦ ਚ ਉਸ ਨੂੰ ਖੁਦ ਪਛਤਾਉਣਾ ਪੈਂਦਾ ।

ਸਰਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਸਕੂਲ ਕੋਟ ਈਸੇ ਖਾਂ ਦਾ ਪੰਜਵੀਂ ਜਮਾਤ ਦਾ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਨਤੀਜਾ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ/ ਕੋਟ ਇਸ ਖਾਂ 06 ਅਪ੍ਰੈਲ (ਅਰੋੜਾ)

ਪਿਛਲੇ ਦਿਨੀਂ ਸਿੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਪੰਜਵੀਂ ਜਮਾਤ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਐਲਾਨਿਆ ਗਿਆ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਰਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਸਕੂਲ ਕੋਟ ਈਸੇ ਖਾਂ ਦੇ ਬਚਿਆ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਰਿਹਾ।ਇਸ ਮੌਕੇ ਸਕੂਲ ਮੁਖੀ ਕੁਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸਕੂਲ ਦੀ ਵਿਦਿਆਰਥਣ ਹਰਮਨਦੀਪ ਕੌਰ 494/500 ਅੰਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਕੇ ਸਕੂਲ ਵਿਚੋਂ ਪਹਿਲਾ ਸਥਾਨ ਹਾਸਿਲ ਕੀਤਾ ,ਕੈਥਰੀਨ ਨੇ 491 ਅੰਕ ਅਤੇ ਵੰਦਨਾ ਨੇ 486 ਅੰਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਕੇ ਦੂਸਰਾ ਤੇ ਤੀਸਰਾ ਸਥਾਨ ਹਾਸਿਲ ਕੀਤਾ । ਜਿਸ ਤਹਿਤ ਅੱਜ ਸਕੂਲ ਵਲੋਂ ਤਿੰਨਾ ਬੱਚਿਆ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।ਇਸ ਮੌਕੇ ਸਕੂਲ ਮੁਖੀ ਨੇ ਪੰਜਵੀਂ ਜਮਾਤ ਦੇ ਇੰਚਾਰਜ ਅਧਿਆਪਕ ਵਿਨੋਦ ਕੁਮਾਰ ,ਰਾਜਿੰਦਰ ਕੌਰ ਅਤੇ ਮੈਡਮ ਅਨੀਤਾ ਗੋਇਲ ਨੂੰ ਵਧਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਿੰਨਾ ਦੀ ਮਿਹਨਤ ਸਦਕਾ ਬੱਚਿਆ ਨੇ ਏਨੇ ਵਧੀਆ ਅੰਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਕੇ ਸਕੂਲ ਦਾ ਨਾਮ ਰੌਸ਼ਨ ਕੀਤਾ। ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੇ ਬੱਚਿਆ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਤੋਂ ਹੋਰ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਿੱਤੀ।ਇਸ ਮੌਕੇ ਦਰਸ਼ਨ ਪਾਲ ਕੌਰ,ਹਰਜਿੰਦਰ ਕੌਰ,ਟੀਨਾ ਰਾਣੀ ,ਮੀਨਾਕਸ਼ੀ ਪਾਠਕ ,ਮਨਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ ,ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਲਾਲ,ਮਨਦੀਪ ਸਿੰਘ,ਸਾਹਿਲ ਮੋਂਗਾ ,ਖੁਸ਼ਦੀਪ ਸਿੰਘ ,ਰਾਜ ਕੁਮਾਰੀ ,ਰਾਜਵਿੰਦਰ ਕੌਰ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

ਸਰਕਾਰੀ ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ ਗੰਗੂਵਾਲ਼ ਵਿਖੇ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਵਲੋਂ ਮਨਾਇਆ ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਦਿਵਸ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ/ ਸ੍ਰੀ ਅਨੰਦਪੁਰ ਸਾਹਿਬ 6 ਅਪ੍ਰੈਲ (ਦਵਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ)

ਡਾ.ਮਨੂੰ ਵਿਜ਼ ਸਿਵਲ ਸਰਜਨ ਰੂਪਨਗਰ ਅਤੇ ਡਾ. ਦਲਜੀਤ ਕੌਰ ਸੀਨੀਅਰ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫਸਰ ਕੀਰਤਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਦਿਸ਼ਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਤਹਿਤ ਅੱਜ ਕੀਰਤਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਸੈਕਟਰ-2 ਵਲੋਂ ਪਿੰਡ ਗੰਗੂਵਾਲ਼ ਦੇ ਸਰਕਾਰੀ ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਹੈਲਥ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਬਲਵੰਤ ਰਾਏ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਟੀਮ ਵਲੋਂ ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ।

ਬਲਵੰਤ ਰਾਏ ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਦਿਮਾਗ ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਸਾਦਾ ਖਾਣਾ ਹੀ ਖਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਬਣੀਆਂ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਘਰ ਵਿੱਚ ਬਣਾਈ ਚੀਜ਼ ਤਾਜ਼ੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਪੂਰੇ ਖੁਰਾਕੀ ਤੱਤ ਮਿਲਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਬਾਹਰ ਬਣੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦੇਰ ਤੱਕ ਬਚਾ ਕੇ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰੀਜ਼ਰਵੇਟਿਵਜ਼ ਮਿਲਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਕਿ ਸਾਡੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਬਹੁਤ ਹੀ ਨੁਕਸਾਨਦਾਇਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੈਦੇ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਵਾਲ਼ੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਜਿਵੇਂ ਪੀਜ਼ਾ, ਬਰਗਰ, ਨੂਡਲਜ਼ ਮੋਮੋਜ਼ ਆਦਿ ਨੂੰ ਹਜ਼ਮ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰਕ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨੀ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ਼ ਸਾਡੇ ਲਿਵਰ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਭੁਪਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਿਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀ ਵਲੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹੱਥ ਧੋਣ ਬਾਰੇ ਵੀ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ। ਰਵਨੀਤ ਕੌਰ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਹੈਲਥ ਅਫਸਰ, ਮਨਿੰਦਰ ਕੌਰ ਅਤੇ ਮਹਿੰਦਰ ਕੌਰ ਏ. ਐਨ. ਐੱਮਜ਼ ਵਲੋਂ ਕਿਸ਼ੋਰ ਅਵਸਥਾ ਵਾਰੇ ਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ਼ ਗੱਲਬਾਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਅਤੇ ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲ਼ੇ ਹਾਰਮੋਨਲ ਬਦਲਾਵ ਵਾਰੇ ਵੀ ਦੱਸਿਆ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਰਸਨਲ ਹਾਈਜੀਨ ਵਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਨਰੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ, ਬਲਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਸੁੱਚਾ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਮੁੱਖ ਅਧਿਆਪਕਾ ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ ਮੋਂਗਾ ਅਤੇ ਸਾਇੰਸ ਅਧਿਆਪਕ ਬਾਲਕਿਸ਼ਨ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

ਲਾਇਨਜ਼ ਕਲੱਬ ਖਰੜ ਸਿਟੀ ਵਲੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਮੁਫਤ ਚੈਕਅੱਪ ਕੈਂਪ ਲਗਾਇਆ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ/ ਖਰੜ,6 ਅਪ੍ਰੈਲ (ਕਾਲਾ ਸਿੰਘ ਸੈਣੀ)

– ਲਾਇਨਜ਼ ਕਲੱਬ ਖਰੜ ਸਿਟੀ ਵਲੋਂ ਸਿਵਲ ਹਸਪਤਾਲ ਖਰੜ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਸਰਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਸਕੂਲ ਬਲਾਕ ਖਰੜ–2 ਅਤੇ ਖਰੜ–3 ਨੇੜੇ ਪੁਲਿਸ ਸਟੇਸ਼ਨ ਖਰੜ ਵਿਖੇਸਕੂਲ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਚੈਕਅੱਪ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਮੁਫਤ ਚੈਕਅੱਪ ਕੈਂਪ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ। ਕੈਂਪ 'ਚ ਸਿਵਲ ਹਸਪਤਾਲ ਖਰੜ ਦੇ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਮਾਹਿਰ ਡਾ.ਅਮਨਦੀਪ ਕੌਰ,ਡਾ.ਹਰਨੀਤ ਕੌਰ ਅਤੇ ਸਹਾਇਕ ਸਤਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਦੋਵੇਂ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਚੈਕਅੱਪ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਕਲੱਬ ਦੇ ਕਲੱਬ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸੰਜੀਵ ਕੁਮਾਰ ਗਰਗ ਅਤੇ ਕਲੱਬ ਦੇ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਚੇਅਰਮੈਨ ਵਨੀਤ ਜੈਨ ਨੇ ਦਸਿਆ ਕਿ ਇਸ ਚੈਕਅੱਪ ਕੈਂਪ ਦੌਰਾਨ ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਮਾਹਿਰ ਡਾਕਟਰਾਂ ਵਲੋਂ ਦੋਵੇ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ 110 ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਦੰਦਾਂ ਦਾ ਚੈਕਅੱਪ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਕਲੱਬ ਵਲੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬੁਰਸ਼ ਅਤੇ ਪੇਸਟ ਮੁਫਤ ਦਿੱਤੇ ਗਏ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਸਿਆ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਦੰਦ ਖਰਾਬ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਲਾਜ਼ ਲਈ ਸਿਵਲ ਹਸਪਤਾਲ ਖਰੜ ਵਿਚ ਬੁਲਾਇਆ ਗਿਆ। ਦੰਦਾਂ ਦੇ ਮਾਹਿਰ ਡਾ.ਅਮਨਦੀਪ ਕੌਰ ਨੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦੰਦਾਂ ਦੀ ਸਾਂਭ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਬੁਰਸ਼ ਕਰਨ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਤੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਮੇਂ–ਸਮੇ ਸਿਰ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦੰਦਾਂ ਚੈਕ ਕਰਵਾਉਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਕਲੱਬ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਐਡਵੋਕੇਟ ਪੰਕਜ ਚੱਢਾ, ਹਰਬੰਸ ਸਿੰਘ,ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ,ਪਰਮਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ, ਵਨੀਤ ਜੈਨ, ਮਨੋਜ਼ ਕੁਮਾਰ, ਸਾਹਿਲ ਕੋਹਲੀ, ਗੋਬਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਚੀਮਾ ਮਿਊਸਪਲ ਕੌਸਲਰ, ਐਡਵੋਕੇਟ ਗੁਰਮੁੱਖ ਸਿੰਘ ਮਾਨ,ਸਕੂਲ ਅਧਿਆਪਕ ਪਰਮਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਮਨਜੀਤ ਕੌਰ, ਕੁਲਜੀਤ ਕੌਰ, ਕਿਰਨ ਬਾਲਾ ਸਮੇਤ ਹੋਰ ਸਟਾਫ ਮੈਂਬਰ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

ਭਾਰਤੀ ਜਨਤਾ ਪਾਰਟੀ ਵਲੋਂ ਖਰੜ ਵਿਚ ਭਾਰਤੀ ਜਨਤਾ ਪਾਰਟੀ ਦਾ ਸਥਾਪਨਾ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ/ ਖਰੜ,6 ਅਪ੍ਰੈਲ (ਕਾਲਾ ਸਿੰਘ ਸੈਣੀ)

ਭਾਰਤੀ ਜਨਤਾ ਪਾਰਟੀ ਖਰੜ ਵਲੋਂ ਭਾਜਪਾ ਦਾ ਸਥਾਪਨਾ ਦਿਵਸ ਦੁਸਾਹਿਰਾ ਗਰਾਊਡ ਖਰੜ ਵਿਖੇ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ। ਜਿਸ ਮੌਕੇ ਭਾਜਪਾ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਸੂਬਾ ਸਕੱਤਰ ਸੁਭਾਸ਼ ਸ਼ਰਮਾ, ਪ੍ਰੋਟੋਕਲ ਸਕੱਤਰ ਖੁਸਵੰਤ ਰਾਏ ਗੀਗਾ ਅਤੇ ਸਹਿ ਖਜਾਜਚੀ ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਗੋਲਡੀ ਵਲੋਂ ਵਿਸੇਸ ਤੌਰ ਤੇ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਕੀਤੀ। ਭਾਜਪਾ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਸਹਿ ਖਜਾਨਚੀ ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਗੋਲਡੀ ਨੇ ਲੋਕ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਵਿਚ ਭਾਜਪਾ ਨੂੰ ਹੋਰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਲਈ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਲੋਕ ਸਭਾ ਹਲਕਾ ਸ੍ਰੀ ਆਨੰਦਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਤੋਂ ਭਾਜਪਾ ਨੂੰ ਜਿਤਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਸੁਭਾਸ਼ ਸ਼ਰਮਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਲੋਕ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਵਿਚ ਭਾਰਤੀ ਜਨਤਾ ਪਾਰਟੀ 400 ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੀਟਾਂ ਕੇ ਰਿਕਾਰਡ ਕਾਇਮ ਕਰੇਗੀ ਅਤੇ ਲੋਕ ਸਭਾ ਸ੍ਰੀ ਆਨੰਦਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਤੋਂ ਭਾਜਪਾ ਉਮੀਦਵਾਰ ਨੂੰ ਜਿਤਾ ਕੇ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਦੇ ਹੱਥ ਮਜਬੂਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਖਰੜ ਮੰਡਲ ਦੇ ਪੰਜ ਸਾਬਕਾ ਪ੍ਰਧਾਨਾਂ ਖੁਸਵੰਤ ਰਾਏ ਗੀਗਾ, ਖੁਸ਼ੀ ਰਾਮ ਸੂਦ, ਨਰਿੰਦਰ ਰਾਣਾ,ਪਵਨ ਮਨੋਚਾ ਅਤੇ ਤਿਲਕ ਰਾਜ ਚੱਢਾ ਨੂੰ ਸਨਮਾਨਿਤ ਵੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਮੀਟਿੰਗ ਵਿਚ ਨਰਿੰਦਰ ਰਾਣਾ ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਮੈਂਬਰ ਪੰਜਾਬ ਭਾਜਪਾ, ਸੁਭਾਸ਼ ਅਗਰਵਾਲ, ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ ਰਾਮ ਗੋਪਾਲ ਅਤੇ ਡਾ.ਧਵਨ ਅਤੇ ਜਗਦੀਪ ਸਿੰਘ ਔਜਲਾ ਨੇ ਦਸਿਆ ਕਿ ਇਸ ਮੌਕੇ ਮੰਡਲ ਪ੍ਰਧਾਨ ਡਾ. ਸੁਖਬੀਰ ਸਿੰਘ ਰਾਣਾ, ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਭਾਰਤੀ,ਨਰੇਸ਼ ਸਿੰਗਲਾ, ਵਿਜੈ ਗੁਪਤਾ, ਸ੍ਰੀ ਨਿਵਾਸ, ਸੁਦਾਗਰ ਸਿੰਘ ਕੋਮਲ, ਪ੍ਰਤਿੱਭਾ ਮਿਸ਼ਰਾ, ਧਰਮਪਾਲ ਸ਼ਰਮਾ, ਸ਼ਰਮੀਲਾ ਠਾਕੁਰ, ਸ਼ਸੀ ਸ਼ਰਮਾ ਸਮੇਤ ਹੋਰ ਸ਼ਹਿਰ ਨਿਵਾਸੀ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

ਸਰਕਾਰੀ ਕੰਨਿਆ ਸਕੂਲ ਰਾਹੋ ਵਿਖੇ ਵਿਦਿਆਰਥਣਾਂ ਨੂੰ ਵੋਟਰ ਪ੍ਰਣ ਦਵਾਇਆ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ/ ਸਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨਗਰ 06 ਅਪ੍ਰੈਲ

ਲੋਕ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ 2024 ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ ਮੁੱਖ ਚੋਣ ਅਫਸਰ ਪੰਜਾਬ ਦੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਨਵਜੋਤ ਪਾਲ ਸਿੰਘ ਰੰਧਾਵਾ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ -ਕਮ- ਜਿਲਾ ਚੋਣ ਅਫਸਰ ਸ਼ਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨਗਰ ਅਤੇ ਰਜੀਵ ਕੁਮਾਰ ਵਰਮਾ ਵਧੀਕ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਦੇ ਹੁਕਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਵੀਪ ਨੋਡਲ ਅਫਸਰ ਸਤਨਾਮ ਸਿੰਘ ਵਲੋਂ ਸਰਕਾਰੀ ਕੰਨਿਆ ਸੀਨੀਅਰ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਰਾਹੋਂ ਵਿਖੇ ਸਵੀਪ ਟੀਮ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਸ਼ਡਿਊਲ ਮੁਤਾਬਕ ਅੱਜ ਵਿਦਿਆਰਥਣਾਂ ਨੂੰ ਵੋਟਰ ਪ੍ਰਣ ਦਵਾਇਆ ਗਿਆ।ਇਸ ਮੌਕੇ ਸਤਨਾਮ ਸਿੰਘ ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਵਾਰ 70 ਪਾਰ ਦੇ ਨਾਰੇ ਪ੍ਰਤੀ ਜਾਗਰੂਕ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਕਿ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਮੈਂਬਰਾਂ, ਗਲੀ ਮਹੱਲੇ, ਪਿੰਡ ਦੇ ਸੂਝਵਾਨ ਵੋਟਰਾਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕਰਨੀ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਵੋਟਰ ਆਪਣੀ ਵੋਟ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋਏ ਵੋਟ ਜਰੂਰ ਪਾਵੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਿਲਾ ਸ਼ਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨਗਰ ਦੇ ਨਾਮ ਨੂੰ ਪਹਿਲੀਆਂ ਸਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ 'ਚੋਣਾਂ ਦਾ ਪਰਵ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਗਰਵ' ਜੋ ਕਿ ਪਹਿਲੀ ਜੂਨ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ ਉਸ ਦਿਨ ਆਪਣੀ ਵੋਟ ਪੋਲ ਕਰਕੇ ਜਿਲੇ ਦਾ ਨਾਮ ਉੱਚਾ ਕਰਨਾ ਹੈ ਇਹਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਹਰ ਬੂਥ ਦੇ ਮਿਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਤੇ ਵੀ ਚਾਨਣਾ ਪਾਇਆ । ਉਹਨਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਧਰਮ ਜਾਤ ਭਾਈਚਾਰਾ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠ ਕੇ ਅਜਿਹੇ ਉਮੀਦਵਾਰਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨੀ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਤੁਹਾਡੇ ਭਵਿੱਖ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖੇ, ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਬਣਾਵੇ ਅਤੇ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਤਰੱਕੀ ਦੇ ਰਾਹ ਤੇ ਲੈ ਕੇ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਮੈਡਮ ਦਵਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਚਰਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਗੁਰਸ਼ਰਨਦੀਪ, ਰਾਜਨ ਰਾਣਾ,ਹਰਜਿੰਦਰ ਲਾਲ ,ਸੁਖਮਿੰਦਰ ਕੌਰ ਸੰਦੀਪ ਕੌਰ, ਜਸਵਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਅਲਕਾ ਅਰੋੜਾ, ਸੋਨਾ ਸ਼ਰਮਾ, ਸੰਗੀਤਾ ਰਾਣੀ, ਨਿਧੀ ਉੱਮਟ ਆਦਿ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

publisher/chief Editor
Aman Mehra
lok bani (news Paper)
lokbani08@gmail.com
www.lokbani.com
mob:99155-94111

Head Office:
Lokbani Sangam complex,Milap chowk jalandhar
Mob. 99155-94111

ਮਾਲਕ, ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ, ਪ੍ਰਿੰਟਰ ਤੇ ਸੰਪਾਦਕ ਅਮਨ ਮੇਹਰਾ ਨੇ 'ਲੋਕ ਬਾਣੀ' ਦਾ ਇਹ ਅੰਕ ਰਚਨਾ ਪ੍ਰਿੰਟਰ, ਰੇਲਵੇ ਰੋਡ ਜਲੰਧਰ (ਪੰਜਾਬ) ਤੋਂ ਛਪਵਾ ਕੇ ਦਫਤਰ 'ਲੋਕ ਬਾਣੀ' ਸੰਗਮ ਕੰਪਲੈਕਸ ਮਿਲਾਪ ਚੌਂਕ ਜਲੰਧਰ (ਪੰਜਾਬ) ਤੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਤ ਕੀਤਾ।
RNI. PUNPUN/29016/2008

मालिक, प्रकाशक, प्रिंटर व संपादक अमन मेहरा ने लोक बाणी का यह अंक रचना प्रिंटर, रेलवे रोड जलंधर (पंजाब) से छपवाकर दफ्तर लोक बाणी संगम कंपलेक्स मिलाप चौक जलंधर (पंजाब) से प्रकाशित किया।
RNI. PUNPUN/29016/2008

Editor, printers and publisher Aman Mehra, Printed at Rachna printers, Railwy Road Jalandhar (punjab) Office lokbani, Sangam complex Milap Chowk Jalandhar (punjab)
RNI. PUNPUN/29016/2008

ਕੇਸੀ ਪੌਲੀਟੈਕਨਿਕ ਕਾਲਜ ‘ਚ ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਦਿਵਸ ‘ਤੇ ਸੈਮੀਨਾਰ ਕਰਵਾਇਆ

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅਤੇ ਸਟਾਫ਼ ਨੇ ਮੇਰੀ ਸਿਹਤ, ਮੇਰਾ ਅਧਿਕਾਰ ਵਿਸ਼ੇ ‘ਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਪ੍ਰਗਟਾਏ

ਸਿਹਤਮੰਦ ਬਣਨ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਆਹਾਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਅਤੇ ਲੋੜੀਂਦੀ ਨੀਂਦ ਲੈਣੀ ਜਰੂਰੀ - ਇੰਜ. ਜਫਤਾਰ ਅਹਿਮਦ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ/ ਸਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨਗਰ 06 ਅਪ੍ਰੈਲ

ਕਰਿਆਮ ਰੋਡ ‘ਤੇ ਸਥਿਤ ਕੇਸੀ ਪੌਲੀਟੈਕਨਿਕ ਕਾਲਜ ਵਿਖੇ ਕੈਂਪਸ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਡਾ. ਰਸ਼ਮੀ ਗੁਜਰਾਤੀ ਦੀ ਦੇਖ-ਰੇਖ ‘ਚ ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਦਿਵਸ ਦੇ ਮੌਕੇ ‘ਤੇ ਇੱਕ ਸੈਮੀਨਾਰ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ, ਜਿਸ ‘ਚ ਕੇਸੀ ਪੌਲੀਟੈਕਨਿਕ ਕਾਲਜ, ਇੰਜਨੀਅਰਿੰਗ ਕਾਲਜ, ਕੇਸੀ ਫਾਰਮੇਸੀ ਕਾਲਜ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅਤੇ ਸਟਾਫ਼ ਨੇ ਵੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਕੀਤੀ। ਸੈਮੀਨਾਰ ‘ਚ ਕਾਲਜ ਮੁਖੀ ਇੰਜ. ਜਫਤਾਰ ਅਹਿਮਦ, ਇੰਜ. ਅਲਕਾ ਭਾਰਦਵਾਜ, ਇੰਜ. ਸੋਮਰਾਜ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਰੌਣਕ ਕੁਮਾਰ, ਰੋਹਿਤ ਕੁਮਾਰ, ਮਨਪ੍ਰੀਤ, ਸ਼ੁਭਮ ਰਾਣਾ, ਵਿਸ਼ਾਲ, ਕੁਲਭੂਸ਼ਣ ਅਤੇ ਸਾਹਿਲ ਨੇ ਇਸ ਸਾਲ ਦੇ ਥੀਮ ‘ਮੇਰਾ ਸਿਹਤ ਮੇਰਾ ਅਧਿਕਾਰ’ ਵਿਸ਼ੇ ਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ। ਇੰਜ. ਜਫਤਾਰ ਅਹਿਮਦ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਆਹਾਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਲੋੜੀਂਦੀ ਨੀਂਦ ਲੈਣੀ ਜਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹੇਗਾ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ। ਸਾਨੂੰ ਹਲਕੀ ਕਸਰਤ ਵੀ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਸਾਲ ‘ਚ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਵਾਰ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਜਾਂਚ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇੰਸਾਨ ਚਾਹੇ ਕਿੰਨਾ ਵੀ ਅਮੀਰ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਜੇ ਉਸ ਦੀ ਸਿਹਤ ਠੀਕ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਉਸ ਦੀ ਸਾਰੀ ਦੌਲਤ ਬੇਕਾਰ ਹੈ। ਇੰਜ. ਸੋਮ ਰਾਜ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿਣ ਲਈ ਕੁਝ ਕਸਰਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣ ਅਤੇ ਪੈਦਲ ਚੱਲ ਕੇ ਵੀ ਅਸੀਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਇੰਜ. ਅਲਕਾ ਭਾਰਦਵਾਜ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਆਹਾਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਨਸ਼ਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਨਾ ਕਿ ਨਸ਼ੇ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਖਤਮ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਰੌਣਕ ਕੁਮਾਰ, ਰੋਹਿਤ ਕੁਮਾਰ, ਮਨਪ੍ਰੀਤ, ਸ਼ੁਭਮ ਰਾਣਾ, ਵਿਸ਼ਾਲ, ਕੁਲਭੂਸ਼ਣ, ਸਾਹਿਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਪੂਰੀ ਨੀਂਦ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਵੇਰੇ ਜਲਦੀ ਉੱਠਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸ਼ੌਚ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਾਣੀ ਪੀਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਫਿਰ ਯੋਗ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਸਰਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਸਿਮਰਨ ਵੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਸਿਹਤ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦੇਈਏ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਾਂਗੇ। ਮੰਚ ਸੰਚਾਲਨ ਅਭਿਸ਼ੇਕ ਕੁਮਾਰ ਨੇ ਕੀਤਾ। ਮੌਕੇ ‘ਤੇ ਡਾ. ਬਲਰਾਮ, ਇੰਜ. ਜਨਾਰਦਨ ਕੁਮਾਰ, ਇੰਜ. ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ, ਇੰਜ. ਦਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਇੰਜ. ਮਨੀਸ਼ ਬੰਗਾ, ਇੰਜ. ਸੰਤੋਸ਼ ਕੁਮਾਰ, ਇੰਜ. ਸੋਮ ਰਾਜ, ਕਾਜਲ, ਜਤਿੰਦਰ ਕੌਰ ਅਤੇ ਵਿਪਨ ਕੁਮਾਰ ਆਦਿ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

ਜਾਂਦੇ ਜਾਂਦੇ ਰੁਕੇ ਗੜ੍ਹੀ ਤਰਖਾਣਾ ਪੁਲ ਤੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਭਗਵੰਤ ਮਾਨ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ

ਮਾਛੀਵਾੜਾ ਸਾਹਿਬ --ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਚੋਣ ਪ੍ਰਚਾਰ ਲਈ ਫਗਵਾੜਾ ਜਾਂਦੇ ਹੋਏ ਮਾਛੀਵਾੜਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਨੇੜੇ ਸਰਹੰਦ ਨਹਿਰ ਗੜ੍ਹੀ ਤਰਖਾਣਾ ਪੁਲ ਤੇ ਰੁਕੇ ਤੇ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕੀਤਾ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੈਂ ਕਈ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਰੁਕਦਾ ਆਇਆ ਹਾਂ ਜਿੱਥੇ ਮੈਨੂੰ ਵਰਕਰਾਂ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਭਰਵਾਂ ਪਿਆਰ ਮਿਲਿਆ। ਮੈਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸੀ ਪਤਾ ਲੋਕ ਮੈਨੂੰ ਇੰਨਾ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਨੇ ਮੇਰੇ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਰੁਕਣ ਕਾਰਨ ਹੀ ਰੈਲੀ ਦਾ ਰੂਪ ਬਣ ਗਿਆ। ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਦੇ ਇਹੋ ਜਿਹਾ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਦੇਖਿਆ ਜੋ ਜਾਂਦਾ ਜਾਂਦਾ ਕਿਤੇ ਵੀ ਰੁਕ ਜਾਵੇ।ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੈਂ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਚੁੱਲਿਆਂ ਦੀ ਅੱਗ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਬੁਝਣ ਨਹੀਂ ਦਵਾਂਗਾ, ਜਦੋਂ ਦੀ ਸਾਡੀ ਸਰਕਾਰ ਬਣੀ ਹੈ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮੈਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨੌਕਰੀਆਂ ਦੇ ਚੁੱਕਾ ਹਾਂ ਅਤੇ ਇਹ ਸਿਲਸਿਲਾ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੀ ਜਾਰੀ ਰਹੇਗਾ।ਪਿੰਡਾਂ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਮਹੱਲਾ ਕਲੀਨਿਕ ਖੋਲੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਖੇਤਾਂ ਨੂੰ ਨਹਿਰੀ ਪਾਣੀ ਦੇਣ ਲਈ ਦੁਬਾਰਾ ਕੱਸੀਆਂ ਦਾ ਨਿਰਮਾਣ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਬਿਜਲੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਤੇ ਘਰ ਘਰ ਰਾਸ਼ਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੀ ਵੀ ਸਕੀਮ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੈਂ ਅੱਜ ਕਿਸੇ ਦੀ ਨਿੰਦਿਆ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ‘ਚ ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਗਠਜੋੜ ਤੋਂ ਚੋਣਾਂ ਲੜੇਗੀ ਅਤੇ ਜਲਦ ਹੀ ਸਾਰੇ ਉਮੀਦਵਾਰਾਂ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਸਮਰਾਲਾ ਵਿਖੇ ਏ.ਸੀ.ਪੀ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਗੰਨਮੈਨ ਦੀ ਮੌਤ ਨੂੰ ਦੁਖਦਾਈ ਘਟਨਾ ਕਰਾਰ ਦਿੱਤਾ। ਆਪ ਸੁਪਰੀਮੋ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਤੇ ਪੁੱਛੇ ਗਏ ਸਵਾਲਾਂ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕੇਜਰੀਵਾਲ ਨੂੰ ਤਾਂ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰ ਲਵੋਗੇ ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸੋਚ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਬੁਲਾਓਗੇ ਮੈਂ ਹਰ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਵਾਂਗਾ।

8 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ ਪਹੁੰਚੇਗੀ ਹਲਕਾ ਸਮਰਾਲਾ ਵਿਖੇ ਪੰਜਾਬ ਬਚਾਓ ਰੈਲੀ-ਜਸਪਾਲ ਜੱਜ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ

ਮਾਛੀਵਾੜੇ ਸਾਹਿਬ (ਸੁੱਚਾ ਬੰਗੜ)- ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਵੱਲੋਂ ਪਾਰਟੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸ: ਸੁਖਬੀਰ ਸਿੰਘ ਜੀ ਬਾਦਲ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਪੰਜਾਬ ਬਚਾਓ ਯਾਤਰਾ 8 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ ਬਾਅਦ ਦੁਪਹਿਰ ਹਲਕਾ ਸਮਰਾਲੇ ਵਿਖੇ ਪਹੁੰਚ ਰਹੀ ਹੈ। ਜਿਸਦਾ ਕਿ ਮਾਛੀਵਾੜਾ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ ਪਹੁੰਚਣ ਤੇ ਭਰਵਾਂ ਸਵਾਗਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਸ਼ਹਿਰੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਜਸਪਾਲ ਸਿੰਘ ਜੱਜ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਬਚਾਓ ਯਾਤਰਾ ਨੂੰ ਸਮੁੱਚੇ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਹੀ ਭਰਵਾਂ ਹੁੰਗਾਰਾ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਰਕਲ ਮਾਛੀਵਾੜਾ ਸਾਹਿਬ ਤੇ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਲਗਦੇ ਸਰਕਲਾਂ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਅਕਾਲੀ ਵਰਕਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਗੜ੍ਹੀ ਪੁੱਲ ਵਿਖੇ ਯਾਤਰਾ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਤੇ ਇਸਤੋਂ ਅੱਗੇ ਅਨੇਕਾਂ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਅਨੇਕਾਂ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਇਲਾਕਾ ਵਾਸੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਵੱਡੇ ਇਕੱਠਾਂ ਵਿੱਚ ਯਾਤਰਾ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਤੇ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸ਼੍ਰੀ ਚਰਨ ਕੰਵਲ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ ਮੱਥਾ ਟੇਕਣ ਉਪਰੰਤ ਸਮਾਪਤੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਜੱਜ ਨੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਅੱਜ ਹਰ ਪੰਜਾਬੀ, ਹਰ ਵਰਗ ਮੌਜੂਦਾ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਡਾਵਾਂਡੋਲ ਹੋਈ ਵਿਵਸਥਾ ਨੂੰ ਦੇਖ ਸਮਝ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਵਾਗਡੋਰ ਐਥੇ ਦੀ ਆਪਣੀ ਖੇਤਰੀ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਹੱਥ ਹੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਹੀ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰੱਕੀ ਦੇ ਰਾਹ ਲਿਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਾਛੀਵਾੜਾ ਸਾਹਿਬ ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਭਾਰੀ ਉਤਸ਼ਾਹ ਹੈ ਇਸ ਯਾਤਰਾ ਦੇ ਸਵਾਗਤ ਲਈ।

ਦੀ ਰਿਟਾਇਰਡ ਰੈਵੀਨਿਊ ਕਾਨੂੰਨਗੋ ਪਟਵਾਰੀ ਵੈਲਫੇਅਰ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਮੋਗਾ ਦੀ ਹੋਈ ਮੀਟਿੰਗ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ

ਮੋਗਾ -- ਦੀ ਰਿਟਾਇਰਡ ਰੈਵੀਨਿਊ ਕਾਨੂੰਨਗੋ ਪਟਵਾਰੀ ਵੈਲਫੇਅਰ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ (ਰਜਿ:) ਮੋਗਾ ਦੀ ਮਹੀਨਾਵਾਰ ਮੀਟਿੰਗ ਦਰਸ਼ਨ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਜਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਹੇਠ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਬੀਬੀ ਕਾਹਨ ਕੌਰ ਵਿਖੇ ਹੋਈ। ਮੀਟਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਸਮੁੱਚੇ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਮੈਂਬਰਾ ਨੇ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਕੀਤੀ। ਮੀਟਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਕੇਵਲ ਸਿੰਘ ਕਾਨੂੰਨਗੋ ਦੇ ਭਰਾ ਕਪੂਰ ਸਿੰਘ ਗੁੰਥੀ, ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ ਕਾਨੂੰਨਗੋ ਦੇ ਸਾਲਾ ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਦੌਧਰ ਤੇ ਸਵਰਨ ਸਿੰਘ ਬਰਾੜ ਦੇ ਸਾਲਾ ਵਿੱਕੀ ਘੋਲੀਆ ਦੀ ਹੋਈ ਬੇਵਕਤੀ ਮੌਤ ਤੇ ਦੁੱਖ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਤੇ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਮੈਂਬਰਾ ਵੱਲੋ ਮੋਨ ਧਾਰਕੇ ਸਰਧਾਂਜਲੀ ਭੇਟ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਸਾਥੀ ਮੈਂਬਰਾ ਨੂੰ ਵਿਛੜ ਚੁੱਕੀਆ ਸਖਸ਼ੀਅਤਾ ਦੀ ਅੰਤਿਮ ਅਰਦਾਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਗਈ।

ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਲੇਟ ਤੇ ਗੈਰਹਾਜ਼ਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਸਾਥੀਆ ਸਬੰਧੀ ਨੋਟਿਸ ਲਿਆ ਗਿਆ, ਸਾਥੀਆ ਨੂੰ ਤਾੜਨਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕਿ ਅੱਗੋ ਤੋ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਨਿਸਚਿਤ ਸਮੇਂ ਤੇ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਇਆ ਜਾਵੇ, ਲੇਟ ਲਤੀਫ ਆਉਣ ਤੋ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰਿਆ ਜਾਵੇ। ਜੋ ਸਾਥੀ ਗੈਰਹਾਜ਼ਰ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਆਪਣੀ ਹਾਜ਼ਰੀ ਮੀਟਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਕਰਨ। ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦਾ ਸਾਥ ਦੇਣ ਵਾਲਿਆ ਨਾਲ ਹੀ ਸਮੁੱਚੀ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਹਰ ਸਮੇਂ ਡੱਟਕੇ ਖੜੇਗੀ। ਅੱਜ ਦੀ ਮੀਟਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਪਾਸ ਹੋਇਆ ਕਿ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੀ ਸਾਲਾਨਾ ਚੋਣ 4 ਮਈ ਦੀ ਮੀਟਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਸਮੁੱਚੇ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਮੈਂਬਰ ਚੋਣ ਮੀਟਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣੀ ਹਾਜ਼ਰੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ, ਕੋਈ ਵੀ ਮੈਂਬਰ ਚੋਣ ਦੌਰਾਨ ਗੈਰਹਾਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਤਾ ਜੋ ਸਮੁੱਚੇ ਮੈਂਬਰਾ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰੀ ਵਿੱਚ ਚੋਣ ਮੁਕੰਮਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ। ਅੱਜ ਦੀ ਇਸ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਮੱਘਰ ਸਿੰਘ ਚਹਿਲ ਸੀਨੀਅਰ ਮੀਤ ਪ੍ਰਧਾਨ, ਰਵੀ ਕੁਮਾਰ ਸੀਨੀਅਰ ਮੀਤ ਪ੍ਰਧਾਨ, ਹਰੀਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਸਿੰਘ ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ, ਗੁਰਮੇਲ ਸਿੰਘ ਖਜ਼ਾਨਚੀ, ਨਾਇਬ ਸਿੰਘ ਸਹਾਇਕ ਸਕੱਤਰ, ਜਗਰਾਜ ਸਿੰਘ ਸਹਾਇਕ ਖਜ਼ਾਨਚੀ, ਠਾਣਾ ਸਿੰਘ ਮੀਤ ਪ੍ਰਧਾਨ, ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ ਮੀਤ ਪ੍ਰਧਾਨ, ਗੁਰਚਰਨ ਸਿੰਘ ਮੀਤ ਪ੍ਰਧਾਨ, ਸੁਖਦੇਵ ਸਿੰਘ ਖੋਸਾ ਦਫ਼ਤਰ ਸਕੱਤਰ, ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ ਪ੍ਰਚਾਰ ਸਕੱਤਰ, ਮੱਖਣਜੀਤ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਕੱਤਰ, ਸੀਤਲ ਕੁਮਾਰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਕੱਤਰ, ਗੁਰਮੇਲ ਸਿੰਘ ਪ੍ਰੈਸ ਸਕੱਤਰ, ਨਾਇਬ ਸਿੰਘ ਸੰਗਠਨ ਸਕੱਤਰ, ਦਰਸ਼ਨ ਸਿੰਘ ਬਰਾੜ, ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ ਭਾਊ, ਮੱਖਣ ਸਿੰਘ ਦੌਲਤਪੁਰਾ, ਗੁਰਦੌਰ ਸਿੰਘ, ਬਲਦੇਵ ਕੁਮਾਰ ਸੇਖਾ, ਸੁਖਦੇਵ ਸਿੰਘ ਸਮਾਲਸਰ, ਮੋਹਣ ਸਿੰਘ, ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ ਸੰਘਾ, ਬਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਖੋਸਾ, ਕਮਲੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ, ਪ੍ਰਸੋਤਮ ਸਿੰਘ, ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ ਸੰਧੂ, ਰਸ਼ਪਾਲ ਸਿੰਘ ਕਪੂਰੇ, ਪ੍ਰੀਤਮ ਸਿੰਘ ਘੋਲੀਆ, ਮਲਕੀਤ ਸਿੰਘ ਨੰਗਲ, ਸੁਖਮੰਦਰ ਸਿੰਘ ਬਰਾੜ, ਸਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਢਿਪਾਲੀ, ਰੂਪ ਸਿੰਘ ਭਿੰਡਰ ਸਾਰੇ ਪਟਵਾਰੀ ਤੇ ਲਖਵੀਰ ਸਿੰਘ, ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ ਘੋਲੀਆ, ਹਰਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ, ਗੁਰਨਾਮ ਸਿੰਘ, ਕੇਵਲ ਸਿੰਘ, ਰਤਨ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ, ਬਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਪੁਰਬਾ, ਗੁਰਦੇਵ ਸਿੰਘ, ਮੁਲਖਰਾਜ ਸਾਰੇ ਕਾਨੂੰਨਗੋ ਤੇ ਗੁਰਮੇਲ ਸਿੰਘ ਚੌਕੀਦਾਰ ਪਿੰਡ ਗਲੋਟੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏ।

ਪੁਲਿਸ ਲਾਈਨ ਵਿਖੇ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ ਵੋਟਰ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਕੁਵਿਜ਼ ਮੁਕਾਬਲਾ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ:- - ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ-ਕਮ-ਜਿਲ੍ਹਾ ਚੋਣ ਅਫ਼ਸਰ ਸ੍ਰੀ ਘਣਸ਼ਾਮ ਥੋਰੀ ਦੀ ਯੋਗ ਅਗੁਆਈ ਅਤੇ ਚੇਅਰਪਰਸਨ ਸਵੀਪ-ਕਮ-ਵਧੀਕ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ (ਸ਼ਹਿਰੀ ਵਿਕਾਸ) ਸ੍ਰੀ ਨਿਕਾਸ ਕੁਮਾਰ ਦੇ ਦਿਸ਼ਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਤੇ ਅਗਾਮੀ ਲੋਕਸਭਾ ਚੋਣਾਂ-2024 ਵਿੱਚ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੋਟਾਂ ਪਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਪੁਲਿਸ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸਾਂਝਾ ਕੁਵਿਜ਼ ਮੁਕਾਬਲਾ ਸਥਾਨਕ ਪੁਲਿਸ ਲਾਈਨ ਵਿਖੇ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ।ਇਸ ਕੁਵਿਜ਼ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਿੱਚ ਪੁਲਿਸ ਮਹਿਕਮੇ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੇ ਭਾਗ ਲਿਆ ਅਤੇ ਚੋਣ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਸਬੰਧੀ ਕਈ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਜਬਾਬ ਦਿੱਤੇ।ਇਸ ਕੁਵਿਜ਼ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਿੱਚ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਉੱਤਰੀ ਵਿਧਾਨਸਭਾ ਹਲਕੇ ਦੇ ਸਵੀਪ ਨੋਡਲ ਅਫ਼ਸਰ ਸ੍ਰੀ ਰਾਜਕੁਮਾਰ ਨੇ ਕੁਵਿਜ਼ ਮਾਸਟਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਫ਼ੈਸਰ ਕਿਰਨਜੀਤ ਕੌਰ ਨੇ ਮੰਚ ਸੰਚਾਲਕ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਅਦਾ ਕੀਤੀ।ਇਸ ਮੌਕੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸਰੂਪ ਰਾਣੀ ਸਰਕਾਰੀ ਮਹਿਲਾ ਕਾਲਜ ਦੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾ.ਦਲਜੀਤ ਕੌਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ ਪੁਲਿਸ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਅਹਿਮ ਭੂਮਿਕਾ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।ਉਹਨਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੁਲਿਸ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੇ ਹਰ ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਮੈਂਬਰ ਜਿਸਨੂੰ ਵੋਟ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੈ,ਉਸਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵੋਟ ਪਾਉਣ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।ਉਹਨਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਚੋਣਾਂ ਦੇ ਪਰਵ ਦਾ ਐਲਾਨ ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹੁਣ ਸਾਡਾ ਫ਼ਰਜ ਬਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਧ ਚੜ੍ਹ ਕੇ ਭਾਗ ਲਈਏ।ਉਹਨਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਭਾਰਤ ਚੋਣ ਕਮਿਸ਼ਨ ਵਲੋਂ ਹਰ ਵਰਗ ਦੇ ਵੋਟਰਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਕਈ ਸਹੂਲਤਾਂ ਲਈ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।ਉਹਨਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਦਿਵਆਂਗ ਵੋਟਰਾਂ ਲਈ ਸਕਸ਼ਮ ਐਪ ਲਾਂਚ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ,ਜਿਸ ਤੇ ਰਜਿਸਟਰੇਸ਼ਨ ਕਰਵਾ ਹਰ ਦਿਵਆਂਗ ਵੋਟਰ ਇਸਦਾ ਲਾਭ ਲੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।ਕੁਵਿਜ਼ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਜੇਤੂਆਂ ਨੂੰ ਇਨਾਮ ਵੀ ਤਕਸੀਮ ਕੀਤੇ ਗਏ।ਇਸ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰੋਫ਼ੈਸਰ ਦੀਪਿਕਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਫ਼ੈਸਰ ਮੰਜੂ ਕੋਚਰ ਵੀ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

ਮਤਦਾਨ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਪ੍ਰਿੰਟ ਮੀਡੀਆ ਵਿੱਚ ਪੂਰਵ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸਿਆਸੀ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਛਾਪਣ ਤੇ ਰੋਕ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ

ਫ਼ਰੀਦਕੋਟ - ਜ਼ਿਲਾ ਚੋਣ ਅਫਸਰ ਕਮ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਸ਼੍ਰੀ ਵਿਨੀਤ ਕੁਮਾਰ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਭਾਰਤ ਚੋਣ ਆਯੋਗ ਵੱਲੋਂ ਚੋਣਾਂ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਦੇ ਅਖਬਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਬਿਨਾਂ ਪੂਰਵ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਤੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਸਿਆਸੀ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਛਾਪਣ ਤੇ ਰੋਕ ਲਗਾਈ ਗਈ ਹੈ । ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਿਆਂ ਜ਼ਿਲਾ ਚੋਣ ਅਫਸਰ ਕਮ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਸ਼੍ਰੀ ਵਿਨੀਤ ਕੁਮਾਰ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਮਤਦਾਨ 1 ਜੂਨ 2024 ਨੂੰ ਹੋਣਾ ਹੈ ਇਸ ਲਈ 31 ਮਈ 2024 ਅਤੇ 1 ਜੂਨ 2024 ਦੇ ਅਖਬਾਰ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਸਿਆਸੀ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਛਪਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਨੂੰ ਐਮ.ਸੀ.ਐਮ.ਸੀ (ਮੀਡੀਆ ਸਰਟੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਮੋਨੀਟਰਿੰਗ ਕਮੇਟੀ) , ਅਤੇ ਏ.ਆਰ.ਓਜ (ਸਬੰਧਤ ਐਸ.ਡੀ.ਐਮਜ) ਤੋਂ ਅਪਰੂਵ ਕਰਾਉਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸਮੂਹ ਸਿਆਸੀ ਪਾਰਟੀਆਂ ਅਤੇ ਮੀਡੀਆ ਅਦਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਕਿ ਉਹ ਇਹਨਾਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਸਖਤੀ ਨਾਲ ਪਾਲਣ ਕਰਨ। ਉਹਨਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਲੈਕਟਰੋਨਿਕ ਮੀਡੀਆ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਸਿਆਸੀ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਇਸ ਸਮੇਂ ਵੀ ਬਿਨਾਂ ਮੀਡੀਆ ਸਰਟੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਮੋਨੀਟਰਿੰਗ ਕਮੇਟੀ ਦੀ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਤੋਂ ਜਾਰੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਆਖਿਆ ਕਿ ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਚੋਣ ਕਮਿਸ਼ਨ ਵੱਲੋਂ ਬਕਾਇਦਾ ਲਿਖਤੀ ਹਦਾਇਤਾਂ ਜਾਰੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ।ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਚੋਣਾਂ ਵਾਲੇ ਦਿਨ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਇਕ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਪ੍ਰਿੰਟ ਮੀਡੀਆ ਵਿਚ ਛੱਪਣ ਵਾਲੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰੀ ਸਰਟੀਫਿਕੇਸ਼ਨ (ਪੂਰਵ ਮਨਜ਼ੂਰੀ)ਲਈ ਉਮੀਦਵਾਰ ਜਾਂ ਪਾਰਟੀ ਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਦੋ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਐਮ.ਸੀ.ਐਮ.ਸੀ. (ਏ ਆਰ.ਓ)ਕੋਲ ਅਰਜੀ ਦੇਣਾ ਲਾਜਮੀ ਹੋਵੇਗਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੁੱਲ ਦੀਆਂ ਖ਼ਬਰਾਂ ਤੇ ਚੋਣ ਕਮਿਸ਼ਨ ਦੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਐਮ.ਸੀ. ਐਮ.ਸੀ ਕਮੇਟੀ ਵੱਲੋਂ ਲਗਾਤਾਰ ਨਜਰ ਰੱਖੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਉਮੀਦਵਾਰ ਵੱਲੋਂ ਮੁੱਲ ਦੀਆਂ ਖ਼ਬਰਾਂ ਛਪਵਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਖਰਚਾ ਵੀ ਉਮੀਦਵਾਰ ਦੇ ਚੋਣ ਖਰਚ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਲਈ ਪ੍ਰਿੰਟ ਮੀਡੀਆ, ਸੋਸਲ ਮੀਡੀਆ ਅਤੇ ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਨਿਕ ਮੀਡੀਆ ਦੀ ਲਗਾਤਾਰ ਨਜਰਸਾਨੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

ਗਲੋਬਲ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਵੱਲੋਂ ਵਿਸ਼ਵ ਵਿਕਲਾਂਗ ਦਿਹਾੜਾ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਆਯੋਜਨ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ:- ਦਿਵਯਾਂਗ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨ ਲਈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਧਾਰਾ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਨਾਲ ਗਲੋਬਲ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਫਾਰ ਚਾਇਲਡਹੁਡ ਡਿਸੇਬਿਲਟੀ (ਜੀ.ਆਈ.ਸੀ.ਡੀ) ਵੱਲੋਂ ਡੀ.ਏ.ਵੀ ਕਾਲਜ ਆਫ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਵਿਖੇ ਵਿਸ਼ਵ ਵਿਕਲਾਂਗ ਦਿਹਾੜਾ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਸੰਸਥਾ ਦੇ ਸੰਸਥਾਪਕ ਚੇਅਰਮੈਂਨ ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਸ਼੍ਰੀ ਅਰੂਣ ਖੰਨਾ ਅਤੇ ਸੰਰਕਸ਼ਕ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਪੁਰਸਕਾਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਡਾ. ਸਵਰਾਜ ਗਰੋਵਰ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ।ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਕਰਵਾਉਣ ਵਿੱਚ ਕਾਲਜ ਦੇ ਅਧਿਯਕਸ਼ ਸ਼੍ਰੀ ਅਰਵਿੰਦ ਸ਼ਰਮਾ, ਪ੍ਰਿੰ. ਡਾ. ਅੰਜੂ ਮਹਿਤਾ, ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸੰਚਾਲਕ ਡਾ. ਨੀਰਜ ਸ਼ਰਮਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਟਾਫ ਦਾ ਯੋਗਦਾਨ ਰਿਹਾ। ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਇੰਪਰੂਵਮੈਂਟ ਟ੍ਰਸ਼ਟ ਦੇ ਚੇਅਰਪਰਸਨ ਸ਼੍ਰੀ ਅਸ਼ੋਕ ਤਲਵਾਰ ਸਨ। ਗੈਸ਼ਟ ਆਫ ਓਨਰ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬਾਲ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸ਼ਟ ਡਾ. ਮਨਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ, ਦਿਵਯਾਂਗ ਸਪੈਸ਼ਲਿਸ਼ਟ ਡਾ. ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਖੰਨਾ, ਡਾ, ਹੀਰਾ ਲਾਲ ਦੁੱਗਲ, ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਜਗਦੀਸ਼ ਮੇਹਰਾ ਨੇ ਆਪਣੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਦਰਜ ਕਰਵਾਈ। ਸ਼੍ਰੀ ਅਸ਼ੋਕ ਤਲਵਾਰ ਨੇ ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਤਰੀਫ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸੰਸਥਾ ਨੂੰ ਹਰ ਮਦਦ ਦੇਣ ਦਾ ਭਰੋਸਾ ਦਿੱਤਾ। ਸ਼੍ਰੀ ਅਰੂਣ ਖੰਨਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮਾਨਸਿਕ ਦਿਵਯਾਂਗ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਤਮ ਨਿਰਭਰ ਬਨਾਉਣਾ ਹੀ ਮੇਰੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਛੁੱਪੀ ਹੋਈ ਕਲਾ ਨੂੰ ਪਹਿਚਾਨਣਾ ਸਾਡੀ ਡਿਊਟੀ ਹੈ। ਡਾ. ਸਵਰਾਜ ਗਰੋਵਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਮਾਨਸਿਕ ਦਿਵਯਾਂਗ ਬੱਚੇ ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਕੀਮਤੀ ਤੋਫਾ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਰੁਤਬੇ ਦਾ ਪਰਚਮ ਸਾਰੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਲਹਿਰਾਇਆ ਹੈ। ਸ਼੍ਰੀ ਅੰਜੂ ਮਹਿਤਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਗਲੋਬਲ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਵੱਲੋਂ ਹੋਇਆ ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸਾਰੇ ਸਮਾਜ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਹੈ। ਡਾ. ਮਨਮੀਤ ਕੌਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਸ਼ਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕੁਦਰਤੀ ਦੀ ਕਮੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਵਿਕਲਾਂਗਤਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਗਲੋਬਲ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਜਿਹੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਹੀ ਠੀਕ ਇਲਾਜ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਡਾ. ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਖੰਨਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਗਲੋਬਲ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਪੂਰੇ ਉਤਰ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਇਕ ਹੈ।ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿਚ ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਨਹੀ ਹੈ। ਇਹੋ ਜਿਹੇ ਬੱਚੇ ਠੀਕ ਇਲਾਜ ਨਾਲ ਸਮਾਜ ਦੇ ਚੰਗੇ ਨਾਗਰਿਕ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿਚ ਡੀ.ਐਸ.ਐਸ.ਓ ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਸਵਿਤਾ ਭਗਤ, ਸ਼੍ਰੀ ਜਗਦੀਸ਼ ਮੇਹਰਾ, ਸਰੋਜ ਚਾਵਲਾ, ਆਗੋਸ਼ ਹੋਲਡਿੰਗ ਹੈਂਡ ਦੇ ਮਨਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਕਮਲਜੀਤ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਈ ਡਾਕਟਰ ਮੌਜੁਦ ਹਨ। ਪਿੰਗਲਵਾੜਾ ਤੋਂ ਆਏ ਹੋਏ ਦਿਵਯਾਂਗ ਧੀਆਂ ਨੇ ਬੜਾ ਸੋਹਨਾ ਡਾਂਸ ਪੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਖੁਬ ਤਾਲੀਆਂ ਬਟੋਰੀਆਂ।

ਸਰਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਸਕੂਲ ਖਿੱਪਾਂਵਾਲੀ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਮੋਹਿਤ ਕੁਮਾਰ ਅਤੇ ਮਨਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਨਵੋਦਿਆਂ ਦਾਖਲਾ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਕੀਤੀ ਪਾਸ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ

ਫਾਜ਼ਿਲਕਾ- ਪਿਛਲੇ ਦਿਨੀ ਨਵੋਦਿਆ ਸੰਮਤੀ ਵੱਲੋ ਸਰਕਾਰੀ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਪੰਜਵੀਂ ਪਾਸ ਕਰ ਚੁੱਕੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਕਲਾਸ ਛੇਵੀਂ 'ਚ ਦਾਖਲੇ ਲਈ ਪੂਰੇ ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਦਾਖਲਾ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਲਈ ਗਈ ਸੀ।

ਜਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਫਸਰ ਸੈਕੰਡਰੀ ਅਤੇ ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸ਼ਿਵਪਾਲ ਗੋਇਲ ਦੀ ਅਗਵਾਈ 'ਚ ਜਿਲ੍ਹਾ ਫਾਜਿਲਕਾ ਦੇ ਹਜਾਰਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਇਸ ਦਾਖਲਾ ਪ੍ਰੀਖਿਆ 'ਚ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ। ਜਿਸਦਾ ਨਤੀਜਾ ਐਲਾਨ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਿਆਂ ਸਕੂਲ ਮੁੱਖੀ ਛੈਲਾ ਨੇ ਦਸਿਆ ਕਿ ਗਾਈਡ ਅਧਿਆਪਕ ਅਤੇ ਜਮਾਤ ਇੰਚਾਰਜ ਦੀ ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਸਦਕਾ ਸਕੂਲ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਮੋਹਿਤ ਕੁਮਾਰ ਪੱਤਰ ਰਾਜੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ ਅਤੇ ਮਨਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਪੁੱਤਰ ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਇਹ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਪਾਸ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ, ਪਿੰਡ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਦਾ ਨਾ ਪੂਰੇ ਜਿਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਰੋਸ਼ਨ ਕੀਤਾ ਹੈ।ਸਕੂਲ ਮੁੱਖੀ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪੜਾਈ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਹੁਸ਼ਿਆਰ ਹਨ ਜ਼ੋ ਹਮੇਸ਼ਾ ਦੂਸਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਵੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਇਹ ਹੋਣਹਾਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਹੋਰ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਵਧ ਚੜ ਕੇ ਹਿੱਸਾ ਲੈਂਦੇ ਸਨ। ਉਹਨਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਹੋਣਹਾਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਤੇ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਮਾਣ ਹੈ। ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅ.ਫਸਰ ਸ਼ਿਵਪਾਲ ਗੋਇਲ,ਉੱਪ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅ.ਫਸਰ ਪੰਕਜ਼ ਕੁਮਾਰ ਅੰਗੀ ਬੀਪੀਈਓ ਖੂਈਆਂ ਸਰਵਰ ਸਤੀਸ਼ ਮਿਗਲਾਨੀ, ਸੀਐਚਟੀ ਸੁਖਦੇਵ ਜੀ , ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ ਮੈਂਬਰਾਂ ,ਪੰਚਾਇਤ ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ, ਵੱਖ ਵੱਖ ਸਕੂਲ ਮੁੱਖੀਆਂ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਵਧਾਈਆਂ ਅਤੇ ਸੁਨਹਿਰੀ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਸ਼ੁੱਭ ਕਾਮਨਾਵਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਤੇ ਸਕੂਲ ਮੁੱਖੀ ਛੈਲਾ ਪਟੀਰ, ਸਟਾਫ ਮੈਂਬਰ ਰਾਜਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਰਾਮੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ,ਮੈਡਮ ਅਮਨਵੀਰ ਕੌਰ,ਮੈਡਮ ਰਮਨਪ੍ਰੀਤ,ਮੈਡਮ ਲਿੱਛੋ ਰਾਣੀ, ਮੈਡਮ ਸ਼ਿਵਾਗੀ,ਮੈਡਮ ਰੇਣੂਬਾਲਾ,ਮੈਡਮ ਨੀਰੂ ਰਾਣੀ,ਮੈਡਮ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਰਾਣੀ, ਸੰਜੇ ਕੁਮਾਰ ਅਤੇ ਮਹਿੰਦਰ ਕੁਮਾਰ ਮੌਜੂਦ ਸਨ

ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਬਿਲਾਸਪੁਰ ਦਾ ਰਾਜ - ਪੱਧਰੀ ਨਲਵਾੜੀ ਮੇਲਾ

ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਮੇਲੇ – ਤਿਓਹਾਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮਹੱਤਤਾ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਮੇਲੇ ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਸਮਾਜਿਕ , ਆਰਥਿਕ , ਭਾਈਚਾਰਕ , ਵਿਵਹਾਰਿਕ ਤੇ ਭੌਤਿਕ ਸਥਿਤੀ ਤੇ ਸਾਂਝੀਵਾਲਤਾ ਦਾ ਬਾਖ਼ੂਬੀ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਮੇਲੇ ਖੁਸ਼ੀ , ਮੇਲ਼ – ਜੋਲ਼ , ਆਪਸੀ ਪਿਆਰ ਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਦੀ ਨੀਂਹ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਵਿਸ਼ਵ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਤੇ ਖਾਸ ਮਹੱਤਤਾ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਮੇਲਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਹਿਮਾਚਲ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਬਿਲਾਸਪੁਰ ਦਾ ਨਲਵਾੜੀ ਮੇਲਾ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਖਾਸ ਥਾਂ ਰੱਖਦਾ ਆਇਆ ਹੈ। “ ਨਲਵਾੜੀ “ ਸ਼ਬਦ ਤੋਂ ਭਾਵ ਹੈ : ਪਸ਼ੂਆਂ ਦੀ ਖ਼ਰੀਦੋ – ਫਰੋਖ਼ਤ। ਇਸ ਮੇਲੇ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਪਾਲਤੂ ਪਸ਼ੂਆਂ ਜਿਵੇਂ : ਬੈਲਾਂ (ਬਲਦਾਂ) , ਗਾਵਾਂ , ਊਠਾਂ , ਮੱਝਾਂ ਆਦਿ ਨੂੰ ਵੇਚਣ ਤੇ ਖਰੀਦਣ ਨਾਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਬਿਲਾਸਪੁਰ ਦਾ ਇਹ ਮੇਲਾ ਲਗਭਗ 132 ਸਾਲ ਪੁਰਾਣਾ ਮੇਲਾ ਹੈ। ਆਧੁਨਿਕ ਭਾਰਤ ਦਾ ਮੰਦਿਰ ਅਖਵਾਉਣ ਵਾਲ਼ੇ ਵਿਸ਼ਵ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਭਾਖੜਾ ਡੈਮ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਮੇਲਾ ਬਿਲਾਸਪੁਰ (ਹਿਮਾਚਲ ਪ੍ਰਦੇਸ਼) ਦੇ ਸਾਂਡੂ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਭਾਖੜਾ ਡੈਮ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ ਦੇ ਨਾਲ਼ ਹੀ ਬਿਲਾਸਪੁਰ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸਿਕ ਨਗਰ ਗੋਬਿੰਦ ਸਾਗਰ ਝੀਲ ਵਿੱਚ ਜਲ – ਮਗਨ (ਸਮਾਹਿਤ) ਹੋ ਗਿਆ ਤੇ ਹੁਣ ਲਗਭਗ ਪਿਛਲੇ 50 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਦੁਨੀਆਭਰ ਵਿੱਚ ਮਸ਼ਹੂਰ ਨਲਵਾੜੀ ਦਾ ਮੇਲਾ ਬਿਲਾਸਪੁਰ ਦੇ ਲੂਹਣੂ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਧੂਮਧਾਮ ਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦੇ ਨਾਲ਼ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਮੇਲੇ ਦਾ ਆਰੰਭ ਮਾਰਚ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਅੱਧ ਦੇ ਕਰੀਬ (ਚਾਰ ਪ੍ਰਵਿਸ਼ਟੇ ਚੈਤਰ) ਨੂੰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਕ ਹਫਤੇ ਤੱਕ ਇਹ ਮੇਲਾ ਆਪਣੀ ਰੌਣਕ ਖ਼ੂਬ ਵਖੇਰਦਾ ਹੈ। ਨਲਵਾੜੀ ਮੇਲੇ ਦਾ ਸ਼ੁਭ ਆਰੰਭ “ ਖ਼ੂੰਟਾ ਗੱਡਣ “ ਦੀ ਰਸਮ ਨਾਲ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੇਲੇ ਦੇ ਆਖਰੀ ਦਿਨ ਦੂਰੋਂ – ਦੂਰੋਂ ਆਏ ਪਹਿਲਵਾਨਾਂ ਦੇ ਅਖਾੜੇ /ਕੁਸ਼ਤੀ ਮੁਕਾਬਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਥਾਨਕ ਲੋਕਾਂ ਤੇ ਜਾਣਕਾਰਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ 1892 ਇਸਵੀ ਵਿੱਚ ਇਸ ਮੇਲੇ ਦਾ ਵਪਾਰਕ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਆਰੰਭ ਹੋਇਆ ਤੇ ਕੁਸ਼ਤੀਆਂ ਤੇ ਪੇਂਡੂ / ਗ੍ਰਾਮੀਣ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਨਾਚ – ਗਾਣੇ ਇਸ ਮੇਲੇ ਦੀ ਖਾਸੀਅਤ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਮੇਲੇ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਰੂਪਨਗਰ , ਪਟਿਆਲਾ , ਹੁਸ਼ਿਆਰਪੁਰ ਜਿਲ੍ਹਿਆਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਨਾਲਾਗੜ , ਬਿਲਾਸਪੁਰ ਦੇ ਦੂਰੋਂ – ਨੇੜਿਓਂ , ਅੰਬਾਲਾ, ਖੰਡੂਰ ਦੇ ਵਪਾਰੀ ਆਦਿ ਆਪਣੇ ਉੱਤਮ ਨਸਲ ਦੇ ਉੱਚੀ ਕੱਦ – ਕਾਠੀ ਵਾਲੇ ਬੈਲਾਂ (ਬਲਦਾਂ) ਨੂੰ ਇੱਥੇ ਵੇਚਣ ਲਈ ਲੈ ਕੇ ਆਉਂਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸੀ ਅਤੇ ਕਾਂਗੜਾ , ਕਹਿਲੂਰ , ਮੰਡੀ ਸੁਕੇਤ ਆਦਿ ਦੇ ਕਿਸਾਨ ਇਹਨਾਂ ਉੱਚੇ ਕੱਦ – ਕਾਠੀ ਬੈਲਾਂ ਦੀ ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਬੜੇ ਚਾਅ – ਉਤਸ਼ਾਹ ਤੇ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ਼ ਕਰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸੀ। ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਬਿਲਾਸਪੁਰ ਆਦਿ ਖੇਤਰ ਦੇ ਪਸ਼ੂ ਛੋਟੇ ਕੱਦ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਜਦਕਿ ਹਰਿਆਣਾ ਤੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪਸ਼ੂ ਉੱਚੇ ਕੱਦ – ਕਾਠ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਸਨ ਅਤੇ ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਇਹਨਾਂ ਪਸ਼ੂਆਂ ਨੂੰ “ ਨੀਲੇ ਪਸ਼ੂ “ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਬੱਸ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੀਲੇ ਪਸ਼ੂਆਂ ਦੇ ਮੇਲੇ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੀ ਇਸ ਮੇਲੇ ਦਾ ਨਾਂ “ ਨਲਵਾੜੀ ਮੇਲਾ “ ਪੈ ਗਿਆ। ਪੁਰਾਣੇ ਸਮੇਂ ਕਿਸਾਨ ਸਫੈਦ ਕੁਰਤੇ – ਪਜਾਮੇ ਆਦਿ ਪਾ ਕੇ ਤੇ ਪਗੜੀਆਂ ਪਹਿਣ ਕੇ ਤੇ ਆਪਣੇ ਬੈਲਾਂ ਨੂੰ ਖ਼ੂਬ ਸਜਾ ਕੇ ਨਲਵਾੜੀ ਮੇਲੇ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਂਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸੀ। ਇਸ ਸਭ ਕੁਝ ਦੇ ਨਾਲ਼ ਨਲਵਾੜੀ ਦੇ ਮੇਲੇ ਦੀ ਰੌਣਕ ਵਿੱਚ ਨਿਖਾਰ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਬਲਦਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਰ ਪਸ਼ੂਆਂ ਦੀ ਵੀ ਖ਼ਰੀਦੋ – ਫਰੋਖ਼ਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੁੰਦੀ ਸੀ। ਮੇਲਾ ਕਮੇਟੀ ਵੱਲੋਂ ਉੱਤਮ ਨਸਲ ਦੇ ਪਸ਼ੂ – ਪਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਇਨਾਮ ਵੀ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸੀ। ਨਲਵਾੜੀ ਮੇਲੇ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਬੈਲ ਤੇ ਬੇਰ ਫਲ਼ ਨਾਲ਼ ਰਿਹਾ ਹੈ ; ਕਿਉਂਕਿ ਪੰਜਾਬ ਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਵਿੱਚ ਬੇਰ ਦੀ ਪੈਦਾਵਾਰ ਕਾਫੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ , ਸੋ ਨਲਵਾੜੀ ਮੇਲੇ ਵਿੱਚ ਕਿਸਾਨ ਤੇ ਵਪਾਰੀ ਆਦਿ ਵੇਚਣ ਲਈ ਬੇਰ ਵੀ ਲੈ ਕੇ ਆਉਂਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸੀ। ਪੁਰਾਣੇ ਸਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਔਰਤਾਂ ਮੇਲੇ ਦੇ ਬੈਲਾਂ (ਬਲਦਾਂ) ਲਈ ਆਟੇ ਦੇ ਪੇੜੇ ਆਦਿ ਲੈ ਕੇ ਮੇਲੇ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਸਨ। ਕਿਸਾਨਾਂ , ਮਰਦਾਂ , ਔਰਤਾਂ ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਸਭ ਵਿੱਚ ਨਲਵਾੜੀ ਮੇਲੇ ਪ੍ਰਤੀ ਬਹੁਤ ਉਤਸੁਕਤਾ ਤੇ ਉਮੰਗ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਵੱਖ–ਵੱਖ ਸਮਾਨ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ , ਖੇਡ ਮੁਕਾਬਲਿਆਂ , ਕਲਾਕਾਰਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ , ਰਾਤ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ , ਸੰਸਕ੍ਰਿਤਿਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ , ਝੂਲੇ ਆਦਿ ਨਲਵਾੜੀ ਮੇਲੇ ਦੀ ਸ਼ੋਭਾ ਵਧਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਪੁਰਾਣੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਹੁਣ ਤੱਕ ਬਿਲਾਸਪੁਰ ਦੇ ਲਕਸ਼ਮੀ ਨਰਾਇਣ ਮੰਦਿਰ ਤੋਂ ਲੂਹਣੂ ਮੈਦਾਨ ਦੇ ਨਲਵਾੜੀ ਦੇ ਮੇਲੇ ਤੱਕ ਸ਼ੋਭਾ – ਯਾਤਰਾ ਵੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕੱਢੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਜਾਣਕਾਰਾਂ ਦੇ ਮੁਤਾਬਿਕ ਬਿਲਾਸਪੁਰ ਦਾ ਨਲਵਾੜੀ ਮੇਲਾ ਹੁਣ ਤੱਕ ਆਪਣੇ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ ਕੇਵਲ ਦੋ ਵਾਰ ਨਹੀਂ ਲੱਗਿਆ , ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਜਦੋਂ 1946 ਵਿੱਚ ਕਹਿਲੂਰ ਦੇ ਰਾਜਾ ਅਨੰਦ ਚੰਦ ਦੇ ਸਮੇਂ ਸੁਤੰਤਰਤਾ ਸੰਗਰਾਮ ਹੋਇਆ ਅਤੇ ਦੂਸਰੀ ਵਾਰ 2020 ਵਿੱਚ ਜਦੋਂ ਵਿਸ਼ਵ ਪੱਧਰੀ ਕਰੋਨਾ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਨੇ ਪੈਰ ਪਸਾਰ ਲਏ। ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਮੇਲੇ ਨੂੰ 1985 ਵਿੱਚ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਰਾਜ – ਪੱਧਰੀ ਮੇਲਾ ਘੋਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਪੁਰਾਤਨ ਰਾਜਿਆਂ ਨੇ ਸਮੇਂ – ਸਮੇਂ ‘ਤੇ ਇਸ ਮੇਲੇ ਦੀ ਹਮਾਇਤ ਕੀਤੀ। ਪਰ ਸਮੇਂ ਦੇ ਬਦਲਣ ਦੇ ਨਾਲ਼ – ਨਾਲ਼ ਨਲਵਾੜੀ ਮੇਲੇ ਦੀ ਪੁਰਾਤਨ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਵਿੱਚ ਕਾਫੀ ਬਦਲਾਓ ਆਇਆ ਹੈ। ਟਰੈਕਟਰਾਂ ਤੇ ਹੋਰ ਵਿਗਿਆਨਿਕ ਔਜਾਰਾਂ ਦੀ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਦੇ ਧੰਦੇ ਵਿੱਚ ਵਰਤੋਂ ਵਧਣ ਨਾਲ਼ ਹੁਣ (ਬੈਲਾਂ) ਬਲਦਾਂ ਦੀ ਰੌਣਕ ਤੇ ਹੋਂਦ ਤਕਰੀਬਨ ਖਤਮ ਹੀ ਹੋਣ ਕਿਨਾਰੇ ਹੀ ਹੈ। ਕੇਵਲ ਪਸ਼ੂ ਮੁਕਾਬਲਿਆਂ ਆਦਿ ਵਿੱਚ ਬਲ਼ਦ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਤੇ ਜਾਣਕਾਰਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਕਦੇ ਨਲਵਾੜੀ ਮੇਲਾ ਬੰਦਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਪਸ਼ੂਆਂ ਨਾਲ਼ ਵੱਧ ਭਰਿਆ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਸੀ , ਪਰ ਅੱਜ ਆਧੁਨਿਕਤਾ ਨੇ ਇਸ ਮੇਲੇ ਦੀ ਅਸਲ ਹੋਂਦ ਖਤਮ ਹੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਤੇ ਇਸ ਮੇਲੇ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾਂ ਪਾਕਿਸਤਾਨ , ਹਰਿਆਣਾ , ਪੰਜਾਬ ਤੇ ਹੋਰ ਦੂਰੋਂ – ਦੂਰੋਂ ਪਹਿਲਵਾਨ ਆਉਂਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸੀ। ਪਸ਼ੂਆਂ ਦੀ ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਲਈ ਹੋਂਦ ‘ਚ ਆਇਆ ਨਲਵਾੜੀ ਦਾ ਇਹ ਮੇਲਾ ਅੱਜ ਆਧੁਨਿਕਤਾ ਦੇ ਸਮਾਨ ਦੀ ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਤੱਕ ਹੀ ਸਿਮਟਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਲਗਭਗ 132 ਸਾਲ ਪੂਰੇ ਕਰ ਚੁੱਕੇ ਇਸ ਮੇਲੇ ਦਾ ਸਰੂਪ ਕੁਝ ਬਦਲ ਜਿਹਾ ਗਿਆ ਜਾਪਦਾ ਹੈ , ਪਰ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਅੱਜ ਵੀ ਇਸ ਮੇਲੇ ਨੂੰ ਸਫ਼ਲ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਉਪਰਾਲੇ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਕੁਝ ਵੀ ਹੋਵੇ ਹਿਮਾਚਲ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਬਿਲਾਸਪੁਰ ਦਾ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਇਹ ਰਾਜ – ਪੱਧਰੀ “ ਨਲਵਾੜੀ ਮੇਲਾ “ ਪੂਰੇ ਵਿਸ਼ਵ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੱਖਰੀ , ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਪਹਿਚਾਣ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਵੀ ਬਿਲਾਸਪੁਰ ਦਾ ਇਹ ਮੇਲਾ ਦੇਖਣ ਜਾਓ ਤਾਂ ਉੱਥੋਂ ਦਾ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਬਾਬਾ ਨਾਹਰ ਸਿੰਘ ਮੰਦਿਰ , ਲਕਸ਼ਮੀ ਨਾਰਾਇਣ ਮੰਦਿਰ , ਮਹਾਂਰਿਸ਼ੀ ਵੇਦ ਵਿਆਸ ਗੁਫ਼ਾ , ਬਾਬਾ ਵਿਸ਼ਵਕਰਮਾ ਮੰਦਿਰ , ਝੀਲ ਵਿੱਚ ਸਮਾਹਿਤ ਹੋ ਗਏ ਪੁਰਾਤਨ ਸ਼ੈਲੀ ਦੇ ਬਣੇ ਮੰਦਿਰ ਆਦਿ ਮਹਾਨ ਪਾਵਨ ਥਾਵਾਂ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਿਓ ਤੇ ਦਰਿਆ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ – ਕਿਨਾਰੇ ਮੇਲਾ ਸਥਲ ਵੱਲ ਪੈਦਲ 2 – 3 ਕੁ ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਘੁੰਮ ਕੇ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਤੀ ਨੂੰ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰ ਨਿਹਾਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।ਇਹ ਇੱਕ ਵੱਖਰਾ ਹੀ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋਵੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸ਼ਤੀ ਝੂਟਣ ਦਾ ਅਨੰਦ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸਦਾ ਅਨੁਭਵ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

**“ ਚਿੱਟੇ ਸਲਾਣੇ ਕੱਪੜੇ
ਪਿਆਜੀ ਸਾਫ਼ਾ ਰੰਗਾਣਾ ,
ਗੋਰ - ਬਗਰੂ ਲਈਣੇ
ਨਲਵਾੜੀਆ ਜੋ ਜਾਣਾ। “**

ਸਟੇਟ ਐਵਾਰਡੀ ਮਾਸਟਰ ਸੰਜੀਵ ਧਰਮਾਣੀ

ਸੀਐੱਚਸੀ ਗੁਰੂਹਰਸਹਾਏ ਵਿਖੇ ਮਨਾਇਆ ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਦਿਵਸ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ

ਗੁਰੂਹਰਸਹਾਏ : ਸਿਵਲ ਸਰਜਨ ਫਿਰੋਜ਼ਪੁਰ ਡਾ.ਮੀਨਾਕਸ਼ੀ ਢੀਂਗਰਾ ਅਤੇ ਡਾ. ਇੰਦੂ ਬਾਲਾ ਸੀਨੀਅਰ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫਸਰ ਸੀਐੱਚਸੀ ਗੁਰੂਹਰਸਹਾਏ ਦੇ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਡਾ. ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਕੰਬੋਜ਼ ਓਰਲ ਅਤੇ ਮੈਗਸੀਲੋਫੈਸੀਅਲ ਸਰਜਨ ਦੀ ਰਹਿਨੁਮਾਈ ਹੇਠ ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ। ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਹੈੱਲਥ ਸੈਂਟਰ ਗੁਰੂਹਰਸਹਾਏ ਵਿਖੇ ਲਗਾਏ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਕੈਂਪ ਵਿੱਚ ਬਿੱਕੀ ਕੌਰ ਬੀਈਈ, ਕਿਰਨਪਾਲ ਕੌਰ ਐੱਲਐੱਚਵੀ, ਉਰਮਿਲ ਰਾਣੀ ਐੱਲਐੱਚਵੀ, ਅਮਨਦੀਪ ਕੌਰ ਸੀਐੱਚਓ ਅਤੇ ਅਗਰਵਾਲ ਕਾਲਜ ਆਫ ਨਰਸਿੰਗ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏ। ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਕੈਂਪ ਵਿੱਚ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਡਾ. ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਕੰਬੋਜ਼ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹਰ ਸਾਲ ਵਿਸ਼ਵ ਸਿਹਤ ਦਿਵਸ ਸਿਹਤ ਦੇ ਮੁੱਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੇ ਮਹੱਤਵ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਨ ਲਈ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਾਰ ਦਾ ਥੀਮ 'ਮੇਰੀ ਸਿਹਤ, ਮੇਰਾ ਹੱਕ' ਹੈ।ਮਤਲਬ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਆਦਿ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਪੀਣ ਵਾਲਾ ਪਾਣੀ, ਸਾਫ਼ ਹਵਾ, ਚੰਗਾ ਪੋਸ਼ਣ, ਸਾਫ-ਸੁਥਰਾ ਵਾਤਾਵਰਣ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਸਿਹਤ ਇੱਕ ਮੌਲਿਕ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ। ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸਾਰੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਦਾ ਆਧਾਰ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਹਰੇਕ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਚੰਗੇ ਖਾਣ-ਪੀਣ, ਸਾਫ-ਸਫਾਈ ਅਤੇ ਕਸਰਤ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਦੇ ਯਤਨ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਚੰਗਾ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਖਾਣਾ ਖਾਓ ਜੋ ਪੋਸ਼ਕ ਤੱਤਾਂ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਹੋਵੇ, ਮੌਸਮੀ ਫ਼ਲ ਤੇ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੇ ਖਾਣੇ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਖਾਣਾ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਖਾਓ, ਰੋਜ਼ਾਨਾ 6-8 ਘੰਟੇ ਨੀਂਦ ਜ਼ਰੂਰੀ, 8-10 ਗਲਾਸ ਪਾਣੀ ਪੀਓ, ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸੈਰ ਕਰੋ ਅਤੇ ਬਾਹਰਲੇ ਜੰਕ ਫਾਸਟ ਫੂਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸਾਡੀ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਠੀਕ ਨਾ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਗੈਰ-ਸੰਚਾਰੀ ਰੋਗ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈੱਸਰ, ਸ਼ੂਗਰ, ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਆਦਿ ਰੋਗਾਂ ਨਾਲ ਲੋਕ ਪੀੜਤ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ ਤੇ ਆਪਣੀ ਸਰੀਰਿਕ ਜਾਂਚ ਵੀ ਜਰੂਰ ਕਰਾਓ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਮੁਫਤ ਸਿਹਤ ਸਹੂਲਤਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰ-ਪੂਰਵਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ।

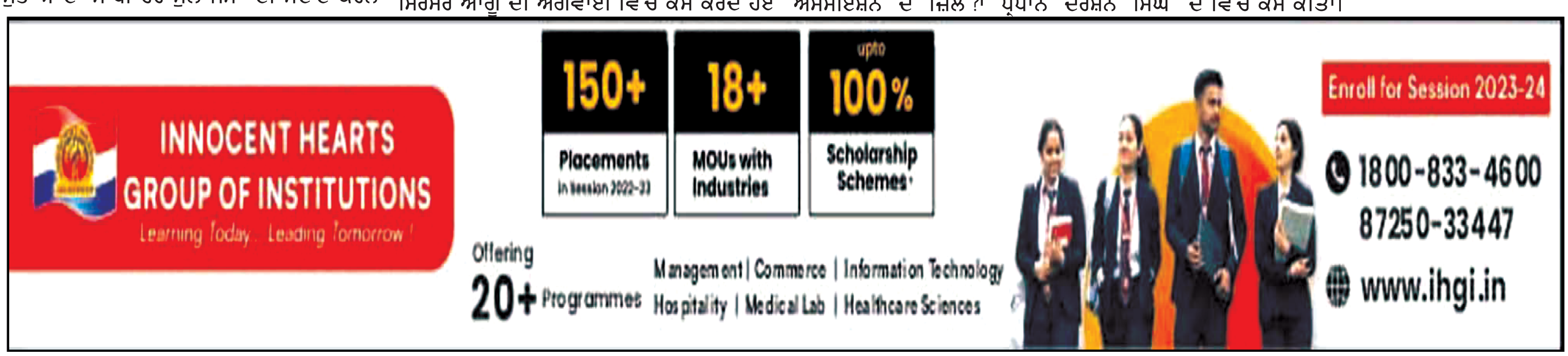
ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਜੇਤੇਵਾਲ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਸਮਾਰੋਹ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ

ਨੂਰਪੁਰ ਬੇਦੀ-- ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਜੇਤੇਵਾਲ ਵਾਟਰ ਸਪਲਾਈ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟੇਸ਼ਨ ਵਿਭਾਗ ਸਬ ਡਿਵੀਜ਼ਨ ਨੂਰਪੁਰ ਬੇਦੀ ਤੋਂ 36 ਸਾਲ 10 ਮਹੀਨੇ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਅਤੇ ਮਿਹਨਤ ਨਾਲ ਨੌਕਰੀ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਬੇਦਾਗ਼ ਚਾਦਰ ਦੀ ਤਰਾ 31-03-2024 ਨੂੰ ਵਿਭਾਗ ਤੋ ਸੇਵਾ ਮੁਕਤ ਹੋਏ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਸਮਾਰੋਹ 03-04-2024 ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਸ਼ਾਨੋ ਸ਼ੋਕਤ ਨਾਲ ਵਾਟਰ ਸਪਲਾਈ ਦਫ਼ਤਰ ਸਬ ਡਵੀਜ਼ਨ ਨੂਰਪੁਰ ਬੇਦੀ ਵਿਖੇ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

ਪ੍ਰਧਾਨ ਰਾਮ ਲੁਭਾਇਆ ਦਿਵੇਦੀ ਖੇੜਾ ਕਲਮੋਟ ਅਤੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਮੂਸਾਪੁਰ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਹਮੇਸ਼ਾ ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਸ਼ਾਂਤ ਸੁਭਾਅ ਦਾ ਸਾਥੀ ਹੋਰ ਮੁਲਾਜਮਾਂ ਦੀ ਮਦੱਦ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਸਾਥੀ ਹੈ। ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਨੇ ਜੱਥੇਬੰਦੀ ਦੇ ਝੰਡੇ ਹੇਠ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਕਰਵਾ ਕੇ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਦੀ ਝੋਲੀ ਵਿੱਚ ਪਾਈਆਂ ਹਨ। ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਨੇ ਸਿਰਮੌਰ ਜੱਥੇਬੰਦੀਆ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀ ਤਨਦੇਹੀ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਕੇ ਉੱਚ ਅਹੁਦਿਆਂ ਪਰ ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਸਿਰਮੌਰ ਆਗੂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਨੇ ਉਸ ਨੂੰ ਉੱਚ ਅਹੁਦਿਆਂ ਤੇ ਨਿਵਾਜਿਆ। ਅਤੇ ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਨੇ ਇਹ ਸਾਬਿਤ ਕਰਕੇ ਦੱਸ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਸਾਥੀ ਮਿਹਨਤ ਕਰਕੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਹੁਦੇ ਤੇ ਪੁੱਜ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਿਹਨਤ ਦਾ ਫਲ ਹਮੇਸ਼ਾ ਮਿੱਠਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪੈਨਸ਼ਨਰ ਵੈਲਫੇਅਰ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੇ ਜ਼ਿਲ?ਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਦਰਸ਼ਨ ਸਿੰਘ ਬੜਵਾ ਅਤੇ ਕੈਸ਼ੀਅਰ ਬਲਵੀਰ ਚੰਦ ਸੈਣੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਫਲ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਕਦਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਪੈਨਸ਼ਨ ਵੈਲਫੇਅਰ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੇ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਵਰਗੇ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਪੈਨਸ਼ਨਾਂ ਨਾਲ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਧੱਕੇ ਵਿਰੁੱਧ ਅੱਗੇ ਹੋ ਕੇ ਲੜਨ ਦੀ ਜਰੂਰਤ ਹੈ। ਜਥੇਬੰਦੀ ਦੇ ਜਨਮਦਾਤਾ ਅਤੇ ਮੁਲਾਜ਼ਮ ਲਹਿਰ ਦੇ ਮੁੱਖ ਸੰਪਾਦਕ ਵੇਦ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਨੂਰਪੁਰ ਬੇਦੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਸੀ ਜਿਸ ਜਥੇਬੰਦੀ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਨੂਰਪੁਰ ਦੀ ਧਰਤੀ ਤੇ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ ਉਸ ਜਥੇਬੰਦੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਨੇ ਪੂਰੀ ਮਿਹਨਤ ਅਤੇ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਨਾਲ ਕੀਤੀ। ਸੂਬਾ ਕਮੇਟੀ ਅੰਦਰ ਸੀਨੀਅਰ ਮੀਤ ਪ੍ਰਧਾਨ ਦੇ ਅਹੁਦੇ ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਕੇ ਨੂਰਪੁਰ ਬੇਦੀ ਦੀ ਧਰਤੀ ਦਾ ਨਾਮ ਰੋਸ਼ਨ ਕੀਤਾ। ਸਾਨੂੰ ਮਾਣ ਹੈ ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਵਰਗੇ ਯੋਧੇ ਤੇ ਜਿਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਨਿਜੀ ਹਿੱਤਾਂ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਉੱਠ ਕੇ ਜਥੇਬੰਦੀ ਦੇ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕੀਤਾ।

Gormint Teacher note: ਗੌਰਮੈਂਟ ਟੀਚਰ ਯੂਨੀਅਨ ਦੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮਾਸਟਰ ਗੁਰਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਸਕੌਰ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਵਰਗੇ ਮਿਹਨਤੀ ਸਾਥੀ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਨਾਲ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਦੀ ਮਿਹਨਤ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ ਅਸ਼ੀ ਮਾਣ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।



ਅਦਾਰਾ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਲੋਕ ਬਾਣੀ ਅਖਬਾਰ ਵਿੱਚ ਛਾਪੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆ ਖ਼ਬਰਾਂ, ਰਿਪੋਰਟਾਂ , ਲੇਖ , ਕਹਾਣੀਆਂ , ਕਵਿਤਾਵਾ ਅਤੇ ਹਰ ਕਿਸਮ ਦੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਸੂਚਨਾ , ਵਿਚਾਰ ਆਦਿ ਨਾਲ ਅਖਬਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਦਾ ਸਹਿਮਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਅਖਬਾਰ ਵਿੱਚ ਛੱਪੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ (ਡਿਸਪਲੇ, ਕਲਾਸੀਫਾਈਡ) ਦੇ ਤੱਥਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕੋਈ ਜਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨਹੀਂ ਲੈਂਦੇ ਕਿਉਂਕਿ ਅਖਬਾਰ ਇਨਾਂ ਨੂੰ ਤਸਦੀਕ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਪਾਠਕਾਂ/ਸ਼ੁਭ ਚਿੰਤਕਾ ਨੂੰ ਬੇਨਤੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਇੰਨਾਂ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਾਂ ਤੇ ਕੋਈ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇੰਨਾਂ ਤੱਥਾਂ ਦੀ ਪੜਤਾਲ , ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰ ਲੈਣ। ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਲੋਕ ਬਾਣੀ ਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਸੱਮਗਰੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵਾਦ-ਵਿਵਾਦ ਸਬੰਧੀ ਕੇਸਾ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ ਸਿਰਫ ਜਲੰਧਰ ਕੋਰਟ ਵਿੱਚ ਹੀ ਹੋਵੇਗਾ , ਲੇਖਕਾਂ ਦੀ ਰਾਏ ਨਾਲ ਸੰਪਾਦਕ ਦਾ ਸਹਿਮਤ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ। ਖਬਰਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਜਿੰਮੇਵਾਰੀ ਸਬੰਧਤ ਪੱਤਰਕਾਰ ਦੀ ਹੋਵੇਗੀ।

Daily Lok Bani (Punjabi) R.N.I. Punpun 29016 , 2008 Editor,Onwer , Printer, Publisher , Amandeep Mehra ,Printed at Rachna Printers , Railway Road Jalandhar Place of Publication : 308 Sangam Complex Milap Chowk , Jalandhar (India) , Contact No. : 0181-2211009 , Fax : 2211009 , Email Id : lokbani08@gmail.com