ਸੱਚ ਤੇ ਨਿਡਰ ਆਵਾਜ਼

ਰੋਜ਼ਾਨਾ

ਲੋਕ ਬਾਣੀ

DAILY LOKBANI JALANDHAR

ਮੁੱਖ ਸੰਪਾਦਕ : ਅਮਨਦੀਪ ਮਹਿਰਾ

ਐਤਵਾਰ 22 ਜੂਨ 2025

Email:- lokbani08@gmail.com

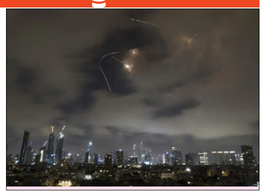
ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਲੋਕ ਬਾਣੀ

ਨੂੰ ਪੱਤਰਕਾਰਾਂ ਦੀ ਲੋੜ

99155-94111

R. N. I. Punpun/29016/2008 * ਸਾਲ 16 , * ਅੰਕ : 302 * ਮੁੱਲ : 6 ਰੁਪਏ * ਕੁੱਲ ਪੇਜ: 08 * ਦਫਤਰ : 0181–2211009 * M : 99155-94111

ਤਹਿਰਾਨ ਦੇ ਪਰਮਾਣੂ ਵਾਰਤਾ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਪਿੱਛੋਂ ਇਰਾਨ ਤੇ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਵੱਲੋਂ ਇਕ-ਦੂਜੇ 'ਤੇ ਹਮਲੇ



ਯੇਰੂਸ਼ਲਮ/ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ, ਲੋਕ ਬਾਣੀ –ਇਰਾਨ ਵੱਲੋਂ ਇਕ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿਸੇ ਹਮਲੇ ਜਾਂ ਧਮਕੀ ਦੇ ਡਰ ਤਹਿਤ ਪਰਮਾਣੂ ਗੱਲਬਾਤ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਪਿੱਛੋਂ ਸ਼ਨਿੱਚਰਵਾਰ ਨੂੰ ਇਰਾਨ ਅਤੇ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਨੇ ਇਕ–ਦੂਜੇ ਦੇ ਟਿਕਾਣਿਆਂ ਉਤੇ ਤਾਜ਼ਾ ਹਮਲੇ ਕੀਤੇ ਹਨ, ਜਦੋਂਕਿ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਯੂਰਪ ਵੱਲੋਂ ਅਮਨ ਵਾਰਤਾ ਨੂੰ ਟੁੱਟਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਦੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।

ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਵਿੱਚ ਤੜਕੇ 2:30 ਵਜੇ (ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਨੂੰ 2330 GMT) ਤੋਂ ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਇਜ਼ਰਾਈਲੀ ਫੌਜ ਵੱਲੋਂ ਇਰਾਨ ਦੇ ਮਿਜ਼ਾਈਲ ਹਮਲੇ ਦੀ ਚੇਤਾਵਨੀ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਤਲ ਅਵੀਵ ਸਮੇਤ ਕੇਂਦਰੀ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਦੇ ਕੁਝ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹਵਾਈ ਹਮਲੇ ਦੇ ਸਾਇਰਨ ਵੱਜੇ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਦੇ ਕਬਜ਼ੇ ਵਾਲੇ ਪੱਛਮੀ ਕੰਢੇ ਵਿੱਚ ਵੀ ਅਜਿਹੇ ਹੀ ਹਾਲਾਤ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲੇ।

ਇਰਾਨ ਤੋਂ 256 ਹੋਰ ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਦਿੱਲੀ ਪਹੁੰਚੇ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, ਲੋਕ ਬਾਣੀ – ਮੱਧ ਪੂਰਬ ਵਿੱਚ ਵਧ ਰਹੇ ਤਣਾਅ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ, ਇਰਾਨ ਵਿੱਚ ਫਸੇ 256 ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕਸ਼ਮੀਰ ਘਾਟੀ ਤੋਂ ਹਨ, ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ 'ਮਹਾਨ ਏਅਰ' ਦੀ ਉਡਾਣ ਅੱਜ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਦਿੱਲੀ ਹਵਾਈ ਅੱਡੇ 'ਤੇ ਉਤਰੀ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਵੱਡੀ ਰਾਹਤ ਮਿਲੀ।

ਜੰਮੂ-ਕਸ਼ਮੀਰ ਸਟੂਡੈਂਟਸ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਨੇ ਇੱਕ ਬਿਆਨ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ, "ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਯਤਨਾਂ ਅਤੇ ਇਰਾਨੀ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਤਾਲਮੇਲ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦ। ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਬਾਕੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਵਤਨ ਵਾਪਸੀ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹਾਂ।"ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਨੇ ਇਹ ਵੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕੀਤੀ ਕਿ ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਇੱਕ ਹੋਰ ਬਚਾਅ ਉਡਾਣ ਰਾਤ ਦੇ ਲਗਪਗ 11.30 ਵਜੇ ਕੌਮੀ ਰਾਜਧਾਨੀ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਹੈ।

ਗੁਹਾਟੀ ਤੋਂ ਚੇਨਈ ਜਾ ਰਹੀ ਉਡਾਣ ਦੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲੈਂਡਿੰਗ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, ਲੋਕ ਬਾਣੀ–ਅਹਿਮਦਾਬਾਦ ਹਾਦਸੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਕ ਹੋਰ ਪਾਇਲਟ ਨੇ ਮੇਡੇ (Mayday) ਕਾਲ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਇਹ ਕਾਲ 19 ਜੂਨ ਨੂੰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ ਜਦੋਂ ਇੰਡੀਗੋ ਦੀ ਗੁਹਾਟੀ–ਚੇਨਈ ਹਵਾਈ ਉਡਾਣ ਨੂੰ ਹੰਗਾਮੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਉਤਾਰਿਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਇਸ ਘਟਨਾ ਦੇ ਵੇਰਵੇ ਅੱਜ ਸਾਹਮਣੇ ਆਏ ਹਨ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਨੁਸਾਰ ਜਦੋਂ ਪਾਇਲਟ ਨੇ ਹਵਾਈ ਜਹਾਜ਼ ਵਿਚ ਤੇਲ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਪਾਈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੇ ਏਅਰ ਟਰੈਫਿਕ ਕੰਟਰੋਲ ਨੂੰ ਮੇਡੇ ਕਾਲ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਰੰਤ ਇਸ ਉਡਾਣ ਦੀ ਬੰਗਲੁਰੂ ਵਿਚ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲੈਂਡਿੰਗ ਕਰਵਾਈ ਗਈ। ਬੰਗਲੂਰੂ ਹਵਾਈ ਅੱਡਾ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਸ ਉਡਾਣ ਦੇ ਪਾਇਲਟ ਨੇ ਉਡਾਣ ਭਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇਖਿਆ ਕਿ ਹਵਾਈ ਜਹਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਪੂਰਾ ਤੇਲ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਇਸ ਉਡਾਣ ਨੂੰ ਬੰਗਲੂਰੂ ਵੱਲ ਮੋੜਿਆ ਗਿਆ।

ਸੋਨਮ ਅਤੇ ਰਾਜ ਕੁਸ਼ਵਾਹਾ 13 ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਨਿਆਂਇਕ ਹਿਰਾਸਤ 'ਚ

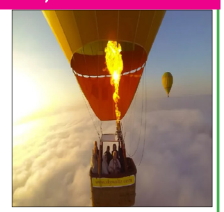
ਸ਼ਿਲਾਂਗ ਲੋਕ ਬਾਣੀ–ਇੱਥੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਅਤੇ ਸੈਸ਼ਨ ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਅੱਜ ਸੋਨਮ ਰਘੂਵੰਸ਼ੀ ਅਤੇ ਰਾਜ ਕੁਸ਼ਵਾਹਾ ਨੂੰ ਰਾਜਾ ਰਘੂਵੰਸ਼ੀ ਕਤਲ ਕੇਸ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ 13 ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਨਿਆਂਇਕ ਹਿਰਾਸਤ ਵਿੱਚ ਭੇਜ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਈਸਟ ਖਾਸੀ ਹਿਲਜ਼ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਪੁਲੀਸ ਸੁਪਰਡੈਂਟ (ਐਸਪੀ) ਵਿਵੇਕ ਸਾਈਮ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਰਘੂਵੰਸ਼ੀ ਅਤੇ ਕੁਸ਼ਵਾਹਾ ਨੂੰ 13 ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਨਿਆਂਇਕ ਹਿਰਾਸਤ ਵਿੱਚ ਭੇਜਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਸਹਾਇਕ ਸਰਕਾਰੀ ਵਕੀਲ ਤੁਸ਼ਾਰ ਚੰਦਾ ਨੇ ਵੀ ਇਸ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕੀਤੀ ਹੈ ਵੀਰਵਾਰ ਨੂੰ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਅਤੇ ਸੈਸ਼ਨ ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਬਾਕੀ ਮੁਲਜ਼ਮਾਂ ਆਕਾਸ਼ ਰਾਜਪੂਤ, ਵਿਸ਼ਾਲ ਸਿੰਘ ਚੌਹਾਨ, ਅਤੇ ਆਨੰਦ ਨੂੰ 14 ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਨਿਆਂਇਕ ਹਿਰਾਸਤ ਵਿੱਚ ਭੇਜਿਆ ਸੀ। ਇਹ ਕਾਰਵਾਈ ਮੇਘਾਲਿਆ ਪੁਲੀਸ ਵੱਲੋਂ ਰਾਜਾ ਰਘੂਵੰਸ਼ੀ ਦੇ ਕਤਲ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਪੰਜ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਰਾਜਾ ਰਘੂਵੰਸ਼ੀ ਦੀ ਪਤਨੀ ਸੋਨਮ ਰਘੂਵੰਸ਼ੀ ਸਮੇਤ ਆਕਾਸ਼ ਰਾਜਪੂਤ, ਵਿਸ਼ਾਲ ਸਿੰਘ ਚੌਹਾਨ, ਰਾਜ ਸਿੰਘ ਕੁਸ਼ਵਾਹਾ ਅਤੇ ਆਨੰਦ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਦੋਬੁਰਜੀ ਪਿੰਡ ਕੋਲ ਨਹਿਰ ਵਿਚ ਡਿੱਗੀ ਕਾਰ, 2 ਦੀ ਮੌਤ

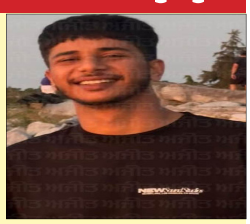
ਦੋਰਾਹਾ, ਲੋਕ ਬਾਣੀ -- ਪਿੰਡ ਦੋਬੁਰਜੀ ਨੇੜੇ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਹੋਤੀ ਮਰਦਾਨ ਨੇੜੇ ਇਕ ਗੱਡੀ ਨਹਿਰ ਵਿਚ ਡਿੱਗ ਪਈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਚਾਰ ਲੋਕ ਸਵਾਰ ਸਨ। ਥਾਣੇਦਾਰ ਸਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਚੌਕੀ ਦੋਰਾਹਾ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਕਾਰ ਸਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਪਿੰਡ ਵਾਸੀਆਂ ਨੇ ਬੜੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਨਾਲ ਬਾਹਰ ਕੱਢਿਆ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕਾਰ ਚਾਲਕ ਰੁਪਿੰਦਰ ਸਿੰਘ (55 ਸਾਲ ਕਰੀਬ) ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਛੋਟੀ ਭਰਜਾਈ ਕੁਲਵਿੰਦਰ ਕੌਰ (ਕਰੀਬ 50 ਸਲ) ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਕੇ ਹਸਪਤਾਲ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਗਿਆ। ਜਿਥੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਡਾਕਟਰਾਂ ਨੇ ਮ੍ਰਿਤਕ ਐਲਾਨ ਦਿੱਤਾ। ਕੁਲਵਿੰਦਰ ਕੌਰ ਦੀਆਂ ਦੋ ਬੇਟੀਆਂ ਹਰਗੁਣ ਕੌਰ ਤੇ ਹਰਲੀਨ ਕੌਰ 14–15 ਸਾਲ ਦੀਆਂ ਜ਼ੇਰੇ ਇਲਾਜ ਅਧੀਨ ਹਨ। ਸਬ– ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਹਰਭਜਨ ਸਿੰਘ ਵੀ ਪੁਲਿਸ ਪਾਰਟੀ ਸਮੇਤ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚੇ ਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਜਨਤਾ ਨਗਰ ਲੁਧਿਆਣਾ ਦਾ ਹੈ।

ਬ੍ਰਾਜ਼ੀਲ ਵਿੱਚ ਗਰਮ ਹਵਾ ਵਾਲਾ ਗੁਬਾਰਾ ਹਾਦਸਾਗ੍ਰਸਤ; ਅੱਠ ਹਲਾਕ



ਸਾਓ ਪਾਓਲੋ ਲੋਕ ਬਾਣੀ– ਇੱਥੋਂ ਦੇ ਦੱਖਣੀ ਰਾਜ ਸਾਂਤਾ ਕੈਟਰੀਨਾ ਵਿੱਚ 21 ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਜਾ ਰਿਹਾ ਇੱਕ ਗਰਮ ਹਵਾ ਵਾਲਾ ਗੁਬਾਰਾ ਹਾਦਸਾਗ੍ਰਸਤ ਹੋ ਗਿਆ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਅੱਠ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ। ਰਾਜ ਦੇ ਅੱਗ ਬੁਝਾਊ ਵਿਭਾਗ ਅਨੁਸਾਰ ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸੈਰ–ਸਪਾਟੇ ਲਈ ਗੁਬਾਰੇ ਵਿੱਚ ਬੈਠ ਕੇ ਜਾ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਸਹਿਮ ਫੈਲ ਗਿਆ। ਇਸ ਗੁਬਾਰੇ ਨੂੰ ਉਡਾਣ ਭਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅੱਗ ਲੱਗ ਗਈ ਜੋ ਪਰਆਏ ਗ੍ਰਾਂਡੇ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਹਾਦਸਾਗ੍ਰਸਤ ਹੋ ਗਿਆ। ਅੱਗ ਬੁਝਾਊ ਵਿਭਾਗ ਅਨੁਸਾਰ ਇਸ ਹਾਦਸੇ ਵਿਚ ਬਚੇ 13 ਜਣਿਆਂ ਨੂੰ ਨੇੜਲੇ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ।

ਮਾਲੇਰਕੋਟਲਾ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨ ਨੇ ਸਰੀ 'ਚ ਕੀਤੀ ਖ਼ੁਦਕੁਸ਼ੀ



ਮਾਲੇਰਕੋਟਲਾ, ਲੋਕ ਬਾਣੀ– –ਪੰਜਾਬ ਤੋਂ ਰੋਜ਼ੀ ਰੋਟੀ ਖਾਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ ਗਏ ਪੰਜਾਬੀ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਮੌਤਾਂ ਦਾ ਸਿਲਸਿਲਾ ਰੁਕਣ ਦਾ ਨਾਂਅ ਨਹੀਂ ਲੈ ਰਿਹਾ। ਬੀਤੇ ਕੱਲ੍ਹ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਮਾਲੇਰਕੋਟਲਾ ਦੇ ਪਿੰਡ ਬੀੜ ਅਹਿਮਦਾਬਾਦ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨ ਹਰਮਨਜੋਤ ਸਿੰਘ (22) ਨੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਸਰੀ ਵਿਖੇ ਮੌਤ ਨੂੰ ਗਲ ਲਗਾ ਲਿਆ। ਮਾਤਾ–ਪਿਤਾ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਉਹ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਨਾਨਕੇ ਪਿੰਡ ਰਹਿੰਦਾ ਸੀ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਿਆਂ ਉਕਤ ਨੌਜਵਾਨ ਦੇ ਮਾਮੇ ਧਰਮਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਹ ਕਰੀਬ ਸਾਢੇ 4 ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਲੱਖਾਂ ਰੁਪਏ ਲਗਾ ਕੇ ਕੈਨੇਡਾ ਗਿਆ ਸੀ ਤੇ ਹੁਣ ਵਰਕ ਪਰਮਿਟ 'ਤੇ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕੱਲ੍ਹ ਹੀ ਉਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਭਾਣਜੇ ਹਰਮਨਜੋਤ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਸੀ ਪਰ ਅੱਜ ਉਸ ਨੇ ਫੋਨ ਨਹੀਂ ਚੁੱਕਿਆ ਤੇ ਹੁਣ ਇਹ ਭਾਣਾ ਵਾਪਰ ਗਿਆ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਆਖਿਆ ਕਿ ਹਾਲਾਤ ਤੋਂ ਜਾਪ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਹਰਮਨ ਨੇ ਖੁਦਕੁਸ਼ੀ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹਰਮਨ ਦੇ ਮਾਤਾ–ਪਿਤਾ ਦੀ ਮੌਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਚੰਗੇ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਕੈਨੇਡਾ ਭੇਜਿਆ ਸੀ।

ਫਤਿਆਬਾਦ 'ਚ ਨਸ਼ੇ ਦੇ ਟੀਕੇ ਕਾਰਨ ਦੋ ਦਿਨਾਂ 'ਚ ਦੂਜੇ ਨੌਜਵਾਨ ਦੀ ਮੌਤ

ਸ੍ਰੀ ਗੋਇੰਦਵਾਲ ਸਾਹਿਬ, ਲੋਕ ਬਾਣੀ– ਸਬ ਡਵੀਜ਼ਨ ਖਡੂਰ ਸਾਹਿਬ ਅਧੀਨ ਆਉਂਦੇ ਪਿੰਡ ਫਤਿਆਬਾਦ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਓਵਰਡੋਜ਼ ਨਾਲ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਮੌਤਾਂ ਦਾ ਸਿਲਸਿਲਾ ਲਗਾਤਾਰ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਦੋ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਕਸਬਾ ਫਤਿਆਬਾਦ ਦੇ ਮੁਹੱਲਾ ਵਾਲਮੀਕ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ੇ ਕਾਰਨ ਹੋਈ ਮੌਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅੱਜ ਫੇਰ ਇਸੇ ਮੁਹੱਲੇ ਦੇ ਇੱਕ ਨੌਜਵਾਨ ਦੀ ਨਸ਼ੇ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਾਉਣ ਕਾਰਨ ਹੋਈ ਮੌਤ ਦੀ ਖ਼ਬਰ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈ ਹੈ ਮ੍ਰਿਤਕ ਨੌਜਵਾਨ ਦੀ ਪਛਾਣ ਸੰਜੂ (26) ਪੁੱਤਰ ਤਿਲਕ ਰਾਜ ਵਾਸੀ ਫਤਿਆਬਾਦ ਵਜੋਂ ਹੋਈ ਹੈ। ਮ੍ਰਿਤਕ ਦੇ ਪਿਤਾ ਤਿਲਕ ਰਾਜ ਨੇ ਭਰੇ ਮਨ ਨਾਲ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਦੋ ਮਹੀਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਦਾ ਵੱਡਾ ਲੜਕਾ ਸਰਵਨ ਸਿੰਘ ਨਸ਼ਿਆ ਦੀ ਭੇਟ ਚੜ੍ਹ ਚੁੱਕਾ ਹੈ।

ਜ਼ਿਲਾ ਇੰਚਾਰਜ ਦੀ ਨਿਯੁਕਤੀ

ਅਦਾਰਾ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਲੋਕ ਬਾਣੀ ਅਖ਼ਬਾਰ ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਵੀਨ ਕੁਮਾਰ ਨੂੰ ਫ਼ਾਜ਼ਿਲਕਾ ਤੋਂ ਜ਼ਿਲਾ ਇੰਚਾਰਜ ਨਿਯੁਕਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਖ਼ਬਰਾਂ ਅਤੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਦੇਣ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ।

ਮੋ - 98033 17722

ਪੱਤਰਕਾਰ ਦੀ ਨਿਯੁਕਤੀ

ਅਦਾਰਾ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਲੋਕ ਬਾਣੀ ਅਖ਼ਬਾਰ ਵੱਲੋਂ ਰਾਜ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਨੂੰ ਫ਼ਾਜ਼ਿਲਕਾ ਤੋਂ ਪੱਤਰਕਾਰ ਨਿਯੁਕਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਖ਼ਬਰਾਂ ਅਤੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਦੇਣ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ।

ਮੋ - 98556 16592

ਲੋਕ ਬਾਣੀ
ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਲੋਕ ਬਾਣੀ
www.lokbani.com

publisher
chief editor
Aman mehra
Lok bani (News paper)
Lokbani08@gmail.com
www Lokbani.com
Mob 9915594111

Head office :308 sangam complex milap chowk Jalandhar Punjab India 01812211009

ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ: ਦਮੇ ਦਾ ਬੋਝ

ਵਿਜੇ ਗਰਗ

ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਦਮੇ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਹਰ ਸਾਲ ਵੱਧ ਰਹੀ ਹੈ। ਗਲੋਬਲ ਦਮੇ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਇੱਥੇ 3.5 ਮਿਲੀਅਨ ਦਮੇ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ ਹਨ। ਤਿੰਨ ਕਰੋੜ ਲੋਕ ਦਮੇ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਕਿ ਹਰ ਸਾਲ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਮਰੀਜ਼ ਆਪਣੀ ਲਾਪਰਵਾਹੀ ਅਤੇ ਸਹੀ ਇਲਾਜ ਦੀ ਘਾਟ ਕਾਰਨ ਮਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਦਰਅਸਲ, ਸਿਗਰਟ ਅਤੇ ਤੰਬਾਕੂ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹੈ, ਪਰ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਇਨ੍ਹੀਂ ਦਿਨੀਂ ਵਧਦਾ ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਵੀ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਹੈ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਫੇਫੜੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਸਾਹ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ, ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਦਮੇ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਇਹ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਬਿਮਾਰੀ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ, ਮਰੀਜ਼ ਇਲਾਜ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੋ ਪਾਉਂਦੇ। ਇਸ ਲਈ, ਡਾਕਟਰਾਂ ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਦਮੇ ਦਾ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਇਲਾਜ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸਹੀ ਇਲਾਜ ਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਮਰੀਜ਼ ਸਿਰਫ਼ ਸਰਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਸਾਰਾ ਸਾਲ ਦਮੇ ਤੋਂ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਸਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਭਾਰ ਚੁੱਕਣ ਜਾਂ ਪੌੜੀਆਂ ਚੜ੍ਹਨ ਨਾਲ ਵੀ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ। ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਕੀ ਹੈ? ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਤੁਰੰਤ ਦਮੇ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਪਰ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਸਿਗਰਟ ਪੀ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤੰਬਾਕੂ ਦਾ ਸੇਵਨ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਸਨੂੰ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਕਿ ਕਿਸੇ ਦਿਨ ਉਹ ਦਮੇ ਦਾ ਮਰੀਜ਼ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ। ਦੂਜਾ ਕਾਰਨ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸਮੱਸਿਆ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਾਂ ਬਾਹਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਧੂੜ, ਗੰਦਗੀ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਜਾਂ ਪੰਛੀਆਂ ਦੇ ਵਾਲਾਂ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਿਛਲੇ ਦੋ-ਤਿੰਨ ਦਹਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਅਤੇ ਮਹਾਂਨਗਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵਧਦੇ ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਨੇ ਦਮੇ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਲੱਛਣਾਂ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੋ ਦਮੇ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਲੱਛਣਾਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ। ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ, ਇੱਕ ਦਿਨ ਸਥਿਤੀ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। 'ਗਲੋਬਲ ਅਸਥਮਾ ਨੈੱਟਵਰਕ' ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਲੱਛਣਾਂ ਵਾਲੇ 82 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਮਰੀਜ਼ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਦਮੇ ਵਾਲੇ 70 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਮਰੀਜ਼ ਦਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਲਾਪਰਵਾਹ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਮਰੀਜ਼ 'ਇਨਹੇਲੇਸ਼ਨ ਥੈਰੇਪੀ' ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਦਮੇ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਵੱਖਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਦਮੇ ਦਾ ਪਤਾ ਐਲਰਜੀ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ, ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਜਕੜਨ ਅਤੇ ਸਾਹ ਛੱਡਦੇ ਸਮੇਂ ਘਰਘਰਾਹਟ ਇਹ ਸਾਰੇ ਦਮੇ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ। ਕੁਝ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਾਹ ਲੈਂਦੇ ਸਮੇਂ ਸੀਟੀ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਦਮੇ ਦੀਆਂ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਹਨ। ਐਲਰਜੀ ਅਤੇ ਗੈਰ-ਐਲਰਜੀ ਵਾਲਾ ਦਮਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਮੁੱਖ ਹਨ। ਇਹ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਦਮੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਗੰਭੀਰ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਦਮੇ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਨਮੂਨੀਆ ਹੋਣ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਵਧੇਰੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ ਦਮੇ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਇਲਾਜ ਖੁਦ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਕੁਝ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖਣਾ। ਜਿੱਥੋਂ ਤੱਕ ਜਿੰਨਾ ਹੋ ਸਕੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਕਾਰਪੇਟ ਰੱਖਣ ਤੋਂ ਬਚੋ। ਬਿਸਤਰਾ ਸਾਫ਼ ਰੱਖੋ। ਗੱਦੇ ਅਤੇ ਸਿਰਹਾਣੇ 'ਤੇ ਧੂੜ ਰੱਖਿਅਕ ਲਗਾਓ। ਚਾਦਰਾਂ ਅਤੇ ਕੰਬਲਾਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਸਾਫ਼ ਕਰਦੇ ਰਹੋ। ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਵਿੱਚ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਪਰੇਅ ਜਾਂ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਨਾ ਛਿੜਕੋ। ਮਰੀਜ਼ ਦੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਿਗਰਟਨੋਸ਼ੀ ਜਾਂ ਧੂੰਆਂ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਦਮੇ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਹਵਾ ਮਿਲਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ, ਠੰਡ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਦਮੇ ਦੇ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਸੰਤੁਲਿਤ ਅਤੇ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਲੋੜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਾ ਖਾਓ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ, ਇਲਾਜ ਲਈ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਦਵਾਈ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਅਤੇ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਐਲਰਜੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣਾ ਬਿਹਤਰ ਹੈ।

ਵਿਜੇ ਗਰਗ ਸੇਵਾਮੁਕਤ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਮਲੋਟ ਪੰਜਾਬ.

ਜੰਗ ਦੇ ਬੁਰੇ ਨਤੀਜੇ

ਕਈ ਮੁਲਕਾਂ ਨੇ ਹੁਣ ਜੰਗ ਛੇੜੀ,
ਕਈ ਬੈਠੇ ਨੇ ਨਾਲ ਆਰਾਮ 'ਪੱਤੋ'।
ਜਿੰਨਾਂ ਜੰਗ ਛੇੜੀ ,ਉਹ ਉੱਜੜ ਚੱਲੇ,
ਹੋਈ ਜਾਂਦੇ ਨੇ ਬੜੇ ਬਦਨਾਮ 'ਪੱਤੋ'।
ਸਦੀਆਂ ਤੱਕ ਨਾ ਘਾਟੇ ਹੋਣ ਪੂਰੇ,
ਬਹੁਤੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਨੇ ਗੁਮਨਾਮ 'ਪੱਤੋ'।
ਔਰਤ, ਬੱਚੇ, ਬੁੱਢੇ ਦੁੱਖ ਝੱਲਦੇ,
ਜਵਾਨੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਗੁਲਾਮ 'ਪੱਤੋ'।
ਭੁੱਖ -ਮਰੀ, ਗਰੀਬੀ ,ਕਈ ਚੀਜ਼ਾਂ,
ਨੱਚਦੀਆਂ ਫਿਰਦੀਆਂ ਸ਼ਰੇਆਮ 'ਪੱਤੋ'।
ਮਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਨੇ ਮਹਿਲ ਢਹਿ ਜਾਂਦੇ ,
ਲੱਗੇ ਜਿਹਨਾਂ 'ਤੇ ਅਰਬਾਂ ਦਾਮ ਪੱਤੋ'।
ਥਾਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਘਰ ਘਰ ਵੈਣ ਪੈਂਦੇ,
ਚਿੱਟੇ ਦਿਨ ਪੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਸ਼ਾਮ 'ਪੱਤੋ'।
ਬਚੋ ! ਜੰਗ ਦੇ ਬੁਰੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਤੋਂ,
ਰੱਖੋ ਕਸ ਕੇ ਆਪਣੀ ਲਗਾਮ 'ਪੱਤੋ'।
ਕਈ ਮੁਲਕ ਵਪਾਰ ਨੇ ਕਰੀ ਜਾਂਦੇ,
ਹੋਈ ਜਾਂਦੇ ਨੇਂ ਕਈ ਨਿਲਾਮ 'ਪੱਤੋ'।
ਹਉਮੈ ਲੜਦੀ,ਮਰਨ ਬੇ -ਦੋਸ਼ ਲੋਕੀਂ,
ਕਰਦੀ ਹੈ ਅੰਨ੍ਹਾ ਕਤਲੇਆਮ 'ਪੱਤੋ'।

ਲੋਕ ਬਾਣੀ
ਪਿੰਡ ਪੱਤੋ ਹੀਰਾ ਸਿੰਘ
ਮੋਗਾ (ਮੋਗਾ)

ਆਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦਾ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਚੁਣਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਵਿਜੈ ਗਰਗ

ਰਾਜਾ ਰਘੂਵੰਸ਼ੀ ਕਤਲ ਕੇਸ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਆਹ ਕਦੇ ਵੀ ਜਲਦਬਾਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵਿਆਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਰਜ਼ੀ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਡਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਪਸੰਦ ਅਤੇ ਸਹਿਮਤੀ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਦੋ ਬਾਲਗ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਵਜੋਂ ਚੁਣਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਸੰਦ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ ਸੰਵਿਧਾਨ ਦੀ ਧਾਰਾ 19 (1) (ਏ) ਦੇ ਤਹਿਤ ਮਾਨਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੈ। ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਪਸੰਦ, ਉਸਦੇ ਮੌਲਿਕ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਮਾਣ ਨੂੰ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਕਿਹਾ ਹੈ। ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਨਾਲ, ਅੱਜ ਵੀ, ਸਮਾਜਿਕ ਦਬਾਅ ਕਾਰਨ, ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮਾਪੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਵਿਆਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਰਜ਼ੀ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਕਰਵਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਅਣਸੁਖਾਵੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਮਾਇਨੇ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦਾ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਵਿਆਹ ਤੋਂ ਖੁਸ਼ ਹਨ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਉਸ ਸਮੇਂ, ਪਰਿਵਾਰ ਸਿਰਫ਼ ਆਪਣੀ ਇੱਜ਼ਤ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਰੱਖਦਾ ਹੈ। ਰਾਜਾ ਕਤਲ ਕਾਂਡ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਸਬਕ ਹੈ ਜੋ ਅਰੇਂਜਡ ਮੈਰਿਜ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਹਿਲਾਂ, ਜਦੋਂ ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਰਿਸ਼ਤੇ ਬਣਾਏ ਜਾਂਦੇ ਸਨ, ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਪਿਛੋਕੜ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਫਿਰ ਆਂਢ-ਗੁਆਂਢ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਮੁੰਡੇ ਅਤੇ ਕੁੜੀ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਕੱਠੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ, ਜਾਂਚ ਪੂਰੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਰਿਸ਼ਤੇ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ, ਪਰ ਹੁਣ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ, ਲੋਕ ਮੈਟਰੀਮੋਨੀਅਲ ਸਾਈਟਾਂ ਜਾਂ ਐਪਸ 'ਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਬੰਧਾਂ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਮੀਡੀਆ ਖਾਤਿਆਂ ਅਤੇ ਬੈਂਕ ਬੈਲੇਂਸ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਸਬੰਧਾਂ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਦਾ ਰੁਝਾਨ ਵੀ ਵਧਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ, ਮੁੰਡੇ ਅਤੇ ਕੁੜੀ ਦਾ ਪਿਛੋਕੜ ਨਹੀਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾਂਦਾ। ਇੱਕ ਵਫ਼ਾਦਾਰ ਅਤੇ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਜਿਸ ਮੁੰਡੇ ਜਾਂ ਕੁੜੀ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਵਿਆਹ ਕਰਨ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਉਸ ਦੇ ਪਿਛੋਕੜ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਅਣਜਾਣ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਮੈਟਰੀਮੋਨੀਅਲ ਸਾਈਟ ਰਾਹੀਂ ਜੁੜਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਵਿਆਹ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਦਾ ਪਿਛੋਕੜ ਚੈੱਕ ਕਰੋ। ਇਸ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਜਾਸੂਸ ਦੀ ਮਦਦ ਵੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਅੱਜ ਦੇ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ, ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਰਾਜ਼ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਫੋਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ, ਵਿਆਹ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਇਹ ਸ਼ਰਤ ਰੱਖੋ ਕਿ ਦੋਵਾਂ ਦੇ ਫੋਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਸਵਰਡ ਨਾ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਦੋਵੇਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਫੋਨ ਵਿੱਚ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਮੀਡੀਆ ਸਮੇਤ ਸਾਰੇ ਵੇਰਵੇ ਚੈੱਕ ਕਰ ਸਕਣ। ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀਆਂ ਵੀ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਕੁਝ ਇੱਛਾਵਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਹੁਣ ਸਮਾਂ ਬਦਲ ਗਿਆ ਹੈ। ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਵਿਆਹ ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਸੰਦ ਅਤੇ ਨਾਪਸੰਦ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਬੱਚੇ ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਿਆਹ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਫੈਸਲੇ ਵਿੱਚ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਭਰੋਸਾ ਦਿਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਵਜੋਂ 'ਚੁਣਿਆ' ਹੈ, ਉਹ ਹਰ ਅਰਥ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਬਿਹਤਰ ਹੈ।

ਵਿਜੈ ਗਰਗ ਰਿਟਾਇਰਡ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਮਲੋਟ ਪੰਜਾਬ

7ਵਾਂ ਪੇ-ਕਮਿਸ਼ਨ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਦੀ ਮੰਗ; ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਕੰਟਰੈਕਟ ਅਸਿਸਟੈਂਟ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰਾਂ ਨੇ VC ਖ਼ਲਾਫ਼ ਕੀਤੀ ਜੰਮ ਨਾਅਰੇਬਾਜ਼ੀ

(ਲੋਕ ਬਾਣੀ)ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਕੰਟਰੈਕਟ ਅਸਿਸਟੈਂਟ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰਾਂ ਦਾ ਸੰਘਰਸ਼ ਲਗਾਤਾਰ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਅਦਾਰਿਆਂ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿਚ ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ (ਮੇਨ ਕੈਂਪਸ), ਕਾਂਸਟੀਚੂਐਂਟ ਕਾਲਜ, ਨੇਬਰਹੁਡ ਕੈਂਪਸ ਅਤੇ ਰੀਜਨਲ ਸੈਂਟਰ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ, ਦੇ ਕੰਟਰੈਕਟ ਅਸਿਸਟੈਂਟ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੇ ”73 ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਵਾਨਿਤ 2018 ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ ਅਨੁਸਾਰ ਸੱਤਵਾਂ ਪੇ ਕਮਿਸ਼ਨ ਲਾਗੂ ਕਰਵਾਉਣ ਦੇ ਲਈ ਧਰਨਾ ਦੇ ਰਹੇ ਹਨ। ਅਪ੍ਰੈਲ 25 ਨੂੰ ਉਸ ਸਮੇਂ ਦੇ ਵਾਈਸ ਚਾਂਸਲਰ ਡਾ. ਕਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਦੁਆਰਾ ਕੰਟਰੈਕਟ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਵਾਅਦਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਕਿ ਦਸ ਦਿਨਾਂ ਦਰਮਿਆਨ ਸਬੰਧਤ ਪੇ ਕਮਿਸ਼ਨ ਲਾਗੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਪ੍ਰੰਤੂ ਡਾ. ਕਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਦੇ ਕਾਰਜਕਾਲ ਦੌਰਾਨ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਕੀਤਾ ਵਾਅਦਾ ਸਿਰੇ ਨਹੀਂ ਚੜ ਸਕਿਆ।

ਮਈ ਦੇ ਅਖੀਰਲੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਡਾ. ਜਗਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦਾ ਨਵਾਂ ਵਾਈਸ ਚਾਂਸਲਰ ਨਿਯੁਕਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਨਵ ਨਿਯੁਕਤ ਵਾਈਸ ਚਾਂਸਲਰ

ਵੱਲੋਂ ਕੰਟਰੈਕਟ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਵਾਅਦਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਕਿ ਜਲਦ ਹੀ ਕੰਟਰੈਕਟ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਬਣਦਾ ਹੱਕ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਪ੍ਰੰਤੂ ਪਿਛਲੇ ਹਫਤੇ ਵਾਈਸ ਚਾਂਸਲਰ ਆਪਣੇ ਕੀਤੇ ਵਾਅਦੇ ਤੋਂ ਪੂਰੀ ਤਰਾਂ ਮੁਨਕਰ ਹੋ ਗਏ।

ਨਤੀਜਤਨ ਕੰਟਰੈਕਟ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੇ ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਕੰਟਰੈਕਟ ਟੀਚਰਜ਼ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ (ਪੁਕਟਾ) ਦੇ ਝੰਡੇ ਹੇਠ ਚਲਦੇ ਆਪਣੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਨੂੰ ਹੋਰ ਤਿੱਖਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਸੇ ਸੰਘਰਸ਼ੀ ਲੜੀ ਤਹਿਤ ਅੱਜ ਕੰਟਰੈਕਟ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਕੈਂਪਸ ਅੰਦਰ ਇੱਕ ਜ਼ਬਰਦਸਤ ਰੈਲੀ ਕੱਢੀ ਗਈ।

ਪੁਕਟਾ ਯੂਨੀਅਨ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਡਾ. ਤਰਨਜੀਤ ਕੌਰ ਵੱਲੋਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਕਿ ਪੰਜਾਬੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਅਥਾਰਟੀ ਨੇ ਸਿਰਫ ਅਤੇ ਸਿਰਫ ਝੂਠ ਦਾ ਲੜ ਫੜਿਆ

ਕਮਲ ਭਾਬੀ ਕਤਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਜ਼ਹਿਰ ਘੋਲਣ ਵਾਲੇ ਨਿਹੰਗ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਦੇ ਹਮਾਇਤੀਆਂ ਦੇ 106 ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਅਕਾਊਂਟ ਤੇ ਲੱਗਿਆ ਬੈਨ

(ਲੋਕ ਬਾਣੀ) ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਇਨਫਲੂਐਂਸਰ ਕਮਲ ਕੌਰ ਭਾਬੀ ਦੇ ਕਤਲ ਨੂੰ ਵਾਜਬ ਠਹਿਰਾਉਣ ਵਾਲੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਖ਼ਾਤਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਸਖ਼ਤੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਤੇ 106 ਅਜਿਹੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਅਕਾਊਂਟ ਬੰਦ ਕਰਵਾ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ।

ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਸਾਈਬਰ ਸੈਲ ਨੇ ਇਹ ਕਾਰਵਾਈ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਕਮਲ ਕੌਰ ਭਾਬੀ ਨੂੰ ਬਠਿੰਡਾ ਬੁਲਾ ਕੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਮਹਿਰੋਂ ਨਾਂ ਦੇ ਨਿਹੰਗ ਤੇ ਉਸਦੇ ਦੋ ਸਾਥੀਆਂ ਨੇ ਗਲਾ ਘੁਟ ਕੇ ਕਤਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ।

ਕਤਲ ਤੋਂ ਫੌਰਨ ਬਾਅਦ ਮਹਿਰੋਂ ਦੁਬਈ ਭੱਜ ਗਿਆ ਜਦੋਂ ਕਿ ਬਾਕੀ ਦੋ ਸਾਥੀ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰ ਲਏ ਹਨ।

ਕਾਫੀ ਸਾਰੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਖ਼ਾਤਿਆਂ ’ਤੇ ਲੋਕ ਇਸ ਕਤਲ ਦੀ ਹਮਾਇਤ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਹੁਣ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਇਹ ਖ਼ਾਤੇ ਯਾਨੀ ਅਕਾਊਂਟ ਬੰਦ ਕਰਵਾ ਦਿੱਤੇ ਹਨ। ਬਾਕੀਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਵੀ ਕਾਰਵਾਈ ਜਾਰੀ ਹੈ।

ਪਾਵਰਕਾਮ ਦੇ ਠੇਕਾ ਮੁਲਾਜ਼ਮ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਦੇਣ ਜਾ ਰਹੇ ਨੇ ਝਟਕਾ ! ਅਗਲੇਰੇ ਸੰਘਰਸ਼ਾਂ ਲਈ ਕੀਤੀ ਵੱਡੀ ਮੀਟਿੰਗ

(ਲੋਕ ਬਾਣੀ) ਟੈਕਨੀਕਲ ਸਰਵਿਸ ਯੂਨੀਅਨ ਪੰਜਾਬ ਰਜਿ:ਨੰ:49 ਅਤੇ ਪਾਵਰਕਾਮ-ਟਰਾਂਸਕੋ ਠੇਕਾ ਮੁਲਾਜ਼ਮ ਕੋਆਰਡੀਨੇਸ਼ਨ ਕਮੇਟੀ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਬੈਨਰ ਪਾਵਰ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਨਿੱਜੀਕਰਨ ਦੀ ਨੀਤੀ ਦੇ ਵਿਰੋਧ ਵਜੋਂ 03 ਜੁਲਾਈ ਨੂੰ ਪਾਵਰ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਮੁੱਖ ਦਫ਼ਤਰ ਅੱਗੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਸਮੇਤ ਦਿੱਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਸੂਬਾ ਪੱਧਰੀ ਧਰਨੇ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਵਜੋਂ ਸਰਕਲ ਬਠਿੰਡਾ ਦੇ ਆਗੂਆਂ ਦੀ ਰੋਜ਼ ਗਾਰਡਨ ਵਿੱਚ ਤਿਆਰੀ ਕੀਤੀ।

ਮੀਟਿੰਗ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਦਿਆਂ ਆਗੂਆਂ ਚੰਦਰ ਸ਼ਰਮਾ,ਸਤਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ,ਜਗਰੂਪ ਸਿੰਘ,ਜਗਸੀਰ ਭੰਗੂ,ਗੁਰਵਿੰਦਰ ਪੰਨੂੰ,ਇਕਬਾਲ ਪੂਹਲਾ,ਮਲਕੀਤ ਸਿੰਘ,ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ,ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨੇ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਬਿਜਲੀ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਨਿੱਜੀਕਰਨ ਦੀਆਂ ਤਿਆਰੀਆਂ ਤੇਜ਼ ਕਰਨ ਦੇ ਫੈਸਲੇ ਦੀ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਨਿਖੇਧੀ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕਿਹਾ ਕਿ ਨਿੱਜੀਕਰਨ ਦੇ ਇਸ ਤਬਾਹਕੁੰਨ ਹੱਲੇ ਵਿਰੁੱਧ ਵਿਸ਼ਾਲ,ਸਾਂਝੇ,ਲੰਬੇ ਅਤੇ ਤਿੱਖੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਦੀਆਂ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਤਿਆਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਜੁਟਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ।ਕਿਉਂਕਿ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਪਿਛਲੇ ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਜਿਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈ ਰਹੀ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਾਰਪੋਰੇਟ ਘਰਾਣਿਆਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਲਈ ਜਲਦੀ ਹੀ ਬਿਜਲੀ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਦਾ ਭੋਗ ਪਾਉਣ ਦੀਆਂ ਤਿਆਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਜੁਟੀ ਹੋਈ ਹੈ,ਲਾਲੜੂ ਅਤੇ ਖਰੜ ਡਵੀਜ਼ਨਾਂ ਦੇ ਨਿੱਜੀਕਰਨ ਦੀ ਵਿਉਂਤ ਪੰਜਾਬ ਵਿਕਾਸ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਕੋਲ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਦਾ ਸਰਕਾਰੀ ਧੰਦਾ ਨਿੱਜੀਕਰਨ ਦੇ ਅਮਲ ਨੂੰ ਤੇਜ ਕਰਨ ਦੀ ਇੱਕ ਉਦਾਹਰਣ ਸਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਹੈ।

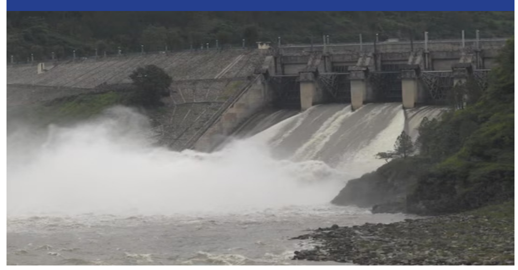
ਆਗੂਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਨਿੱਜੀਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਵਜੋਂ ਲਏ ਜਾ ਰਹੇ ਇਹ ਫੈਸਲੇ ਬੜੇ ਸਾਜ਼ਿਸ਼ੀ ਅਤੇ ਧੋਖੇ ਭਰੇ ਢੰਗ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਲਏ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ,ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਇਸ ਤਬਾਹਕੁੰਨ ਹਮਲੇ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਦਿਆਂ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਝੂਠਾ ਹੇਜ ਜਤਾਉਣ ਦੇ ਯਤਨ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦੂਸਰੇ ਪਾਸੇ ਬਿਜਲੀ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਧਰਨਿਆਂ-ਮੁਜ਼ਾਹਰਿਆਂ ਅਤੇ ਹੜਤਾਲਾਂ ਕਾਰਨ ਦੋਖੀਆਂ ਵਜੋਂ ਪੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਨਿੱਜੀਕਰਨ ਵਿਰੁੱਧ ਸਾਂਝ ਨੂੰ ਤੋੜਨ ਦੇ ਯਤਨ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ।

ਇਸ ਸਾਜ਼ਿਸ਼ੀ ਅਤੇ ਧੋਖੇ ਭਰੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪਿਛਲੇ ਦਿਨੀਂ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਦੇ ਧਰਨਿਆਂ-ਮੁਜ਼ਾਹਰਿਆਂ ਅਤੇ ਹੜਤਾਲਾਂ ਵਾਲੇ ਦਿਨਾਂ ਦੌਰਾਨ ਨਿਰਵਿਘਨ ਸਪਲਾਈ ਦੇਣ ਦੇ ਨਾਂਅ ਹੇਠ ਹਰ ਇੱਕ ਡਵੀਜ਼ਨ ਪੱਧਰ ਤੇ ਆਊਟਸੋਰਸ਼ਡ ਕੰਪਨੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਸਪੈਸ਼ਲ ਗੈਂਗ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੇ ਹੁਕਮ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ ਗਏ,ਕੰਮ ਦੌਰਾਨ ਮੈਨ ਪਾਵਰ ਦੀ ਘਾਟ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਨਵੀਂ ਅਤੇ ਪੱਕੀ ਭਰਤੀ ਕਰਨ ਦੀ ਥਾਂ ਠੇਕੇ ਤੇ ਬਾਹਰੀ ਸਰੋਤਾਂ ਤੋਂ ਲੇਬਰ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਦੇ ਹੁਕਮ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮਕਸਦ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰਵਿਘਨ ਬਿਜਲੀ ਸਪਲਾਈ ਮੁੱਹਈਆ ਕਰਨਾ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਬਿਜਲੀ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਨਿੱਜੀਕਰਨ ਵਿਰੁੱਧ ਵਿੱਢੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਨੂੰ ਅਸਫਲ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਸਾਜ਼ਿਸ਼ ਹੈ,ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਬਿਜਲੀ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਵਿਰੁੱਧ ਉਕਸਾਕੇ ਖੜ੍ਹੇ ਕਰਨ ਦੀ ਫੁੱਟ-ਪਾਊ ਸਾਜ਼ਿਸ਼ ਹੈ,ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਸਫਲ ਬਣਾਕੇ ਨਿੱਜੀਕਰਨ ਵਿਰੁੱਧ ਸੰਘਰਸ਼ ਨੂੰ ਸਫ਼ਲ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ,ਇਸ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲੀ ਲੋੜ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡੇ ਹੋਏ ਰੈਗੂਲਰ/ਠੇਕਾ/ਪੈਨਸ਼ਨਰ ਬਿਜਲੀ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਅਤੇ ਭਰਾਤਰੀ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸਾਂਝੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਦੇ ਪਲੇਟਫਾਰਮ ਤੇ ਇਕੱਠੇ ਕਰਨ ਦੀ ਅਹਿਮ ਲੋੜ ਹੈ ਅਤੇ ਦੂਸਰੇ ਪਾਸੇ ਨਿੱਜੀਕਰਨ ਦੀ ਮਾਰ ਹੇਠ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਝੂਠੇ ਹੇਜ ਦੇ ਧੋਖੇ ਪਿੱਛੇ ਛੁਪੇ ਸੱਚ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਕੇ ਨਿੱਜੀਕਰਨ ਵਿਰੁੱਧ ਸੰਘਰਸ਼ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਾਲ,ਸਾਂਝਾ ਅਤੇ ਤਿੱਖਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ।ਇਸ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਸਮੁੱਚੇ ਬਿਜਲੀ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ,ਕਿਸਾਨ-ਮਜ਼ਦੂਰ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਸਮੇਂ ਜਦੋਂ ਨਿੱਜੀਕਰਨ ਦੇ ਇਸ ਤਬਾਹਕੁੰਨ ਹੱਲੇ ਕਾਰਨ ਸਾਡੀ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਹੀ ਖ਼ਤਰਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਹਿੱਤਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਸਾਂਝੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਦੀ ਉਸਾਰੀ ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੀ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਉਂ ਇਸ ਵਿਸ਼ਾਲ-ਸਾਂਝ ਦੀ ਉਸਾਰੀ ਕਰਕੇ ਲੰਬੇ ਅਤੇ ਤਿੱਖੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਦਾ ਰਾਹ ਅਪਣਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹੀ ਇੱਕੋ-ਇੱਕ ਠੀਕ ਰਾਹ ਹੈ ਜਿਸ ਤੇ ਚੱਲਕੇ ਅਸੀਂ ਪਾਵਰ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਬਚਾਕੇ ਆਪਣੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਹੋ ਸਕਾਂਗੇ।

ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ 26 ਜੂਨ ਨੂੰ ਬਠਿੰਡਾ ਵਿਖੇ ਥਰਮਲ ਕਲੋਨੀ ਦੇ ਗੇਟ ਨੰ: 03 ਤੇ ਸਰਕਲ ਪੱਧਰੀ ਸਾਂਝਾ ਧਰਨਾ ਦੇਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ 03 ਜੁਲਾਈ ਦੇ ਸੂਬਾ ਪੱਧਰੀ ਪਟਿਆਲਾ ਧਰਨੇ ਅਤੇ 09 ਜੁਲਾਈ ਨੂੰ ਕੇਂਦਰੀ ਟਰੇਡ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੇ ਹੜਤਾਲ ਦੇ ਸੱਦੇ ਨੂੰ ਸਫ਼ਲ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਜੁਟਣ ਦਾ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ,ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਸਰਕਾਰ ਤੋਂ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਕਿ ਸਮੂਹ ਸਰਕਾਰੀ ਅਦਾਰਿਆਂ ਦੇ ਨਿੱਜੀਕਰਨ ਦੀ ਨੀਤੀ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ,ਸਮੂਹ ਅਦਾਰਿਆਂ ਦੇ ਆਊਟਸੋਰਸ਼ਡ ਠੇਕਾ ਮੁਲਾਜਮਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਅਤੇ ਤਜ਼ਰਬੇ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਅਦਾਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮਰਜ਼ ਕਰਕੇ ਪੱਕਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ,ਪੰਦਰਵੀਂ ਲੇਬਰ ਕਾਨਫਰੰਸ ਦੇ ਫਾਰਮੂਲੇ/ਅੱਜ ਦੀ ਮਹਿੰਗਾਈ ਮੁਤਾਬਿਕ ਠੇਕਾ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਦੀ ਤਨਖ਼ਾਹ ਨਿਸਚਿਤ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ,ਠੇਕਾ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਨੂੰ ਸੇਵਾ ਮੁਕਤ ਹੋਣ ਉਪਰੰਤ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 10 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਭੱਤਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ,ਪੁਰਾਣੀ ਪੈਨਸ਼ਨ ਸਕੀਮ ਲਾਗੂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ,ਰੈਗੂਲਰ/ਸੇਵਾ ਮੁਕਤ ਮੁਲਾਜ਼ਮਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੂਹ ਮੰਗਾਂ ਨੂੰ ਫੌਰੀ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਪੰਜਾਬ ‘ਚ ਹੜ੍ਹਾਂ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ? BBMB ਵੱਲੋਂ ਅਲਰਟ ਜਾਰੀ



ਬਿਆਸ ਦਰਿਆ ਇਨ੍ਹੀਂ ਦਿਨੀਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਭਰਿਆ ਹੋਇਆ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ, ਬੀਬੀਐਮਬੀ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਗਰੂਕ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦਰਿਆ ਦੇ ਕੰਢੇ ਨਾ ਜਾਣ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਇਸ ਸੰਦਰਭ ਵਿੱਚ, ਬੀਬੀਐਮਬੀ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਨੇ ਪੰਡੋਹ ਖੇਤਰ ਦੇ ਜਨਤਕ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸੰਗਠਨਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀਆਂ ਨਾਲ ਇੱਕ ਮੀਟਿੰਗ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਪੰਡੋਹ ਬਾਜ਼ਾਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਸ਼ਾਮਲ ਸੀ ਜਿੱਥੇ ਸਾਲ 2023 ਦੀ ਬਾਰਿਸ਼ ਵਿੱਚ ਭਾਰੀ ਤਬਾਹੀ ਹੋਈ ਸੀ ।ਬੀਬੀਐਮਬੀ ਦੇ ਜੂਨੀਅਰ ਇੰਜੀਨੀਅਰ ਈ. ਅਜੇ ਨੈਨ ਨੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬੀਬੀਐਮਬੀ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਪੰਡੋਹ ਡੈਮ ਤੋਂ ਮੰਡੀ ਸ਼ਹਿਰ ਤੱਕ ਹਾਈਵੇਅ ‘ਤੇ ਸਾਇਰਨ ਵਾਹਨ ਚਲਾਏਗਾ ਤਾਂ ਜੋ ਲੋਕ ਅਤੇ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਸੈਲਾਨੀ ਨਦੀ ਦੇ ਕੰਢੇ ਨਾ ਜਾਣ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਦੂਰ ਨਾ ਰਹਿਣ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਪੰਚਾਇਤਾਂ ਦੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਨਦੀ ਦੇ ਨੇੜੇ ਜਾਣ ਲਈ ਸੜਕਾਂ ਬਣਾਈਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਵਧੇਰੇ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹਿਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਪੰਡੋਹ ਬਾਜ਼ਾਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਬਰਸਾਤ ਦੇ ਮੌਸਮ ਦੌਰਾਨ ਸੁਚੇਤ ਰਹਿਣ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ 2023 ਵਿੱਚ ਇੱਥੇ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਤਬਾਹੀ ਹੋਈ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਬਾਹਰੀ ਰਾਜਾਂ ਤੋਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਸੈਲਾਨੀਆਂ ਨੂੰ ਬਰਸਾਤ ਦੇ ਮੌਸਮ ਦੌਰਾਨ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਦੁਆਰਾ ਲਗਾਏ ਗਏ ਚੇਤਾਵਨੀ ਬੋਰਡਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਦਰਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਨਾਲਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਆਏ ਜਨਤਕ ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ ਨੇ ਬੀਬੀਐਮਬੀ ਨੂੰ ਕਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੁਝਾਅ ਵੀ ਦਿੱਤੇ ਅਤੇ ਪਿਛਲੀ ਬਾਰਸ਼ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਕਮੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਬੀਬੀਐਮਬੀ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਨੇ ਕਮੀਆਂ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤੀ ਜਤਾਈ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਜਲਦੀ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਠੀਕ ਕਰਨ ਦਾ ਭਰੋਸਾ ਦਿੱਤਾ

ਸੀ.ਐੱਮ. ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਤਹਿਤ ਮਨਾਇਆ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪੱਧਰੀ ਅੰਤਰ-ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ

ਬਰਨਾਲਾ, (ਲੋਕ ਬਾਣੀ)

ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਬਰਨਾਲਾ ਅਤੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਆਯੁਰਵੈਦਿਕ ਤੇ ਯੂਨਾਨੀ ਵਿਭਾਗ ਵਲੋਂ ਸੀ ਐੱਮ ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਤਹਿਤ 11ਵਾਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਇੱਥੇ ਬਾਬਾ ਗਾਂਧਾ ਸਿੰਘ ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਸ੍ਰੀ ਟੀ ਬੈਨਿਥ, ਐੱਸ ਐੱਸ ਪੀ ਮੁਹੰਮਦ ਸਰਫ਼ਰਾਜ਼ ਆਲਮ, ਚੇਅਰਮੈਨ ਨਗਰ ਸੁਧਾਰ ਟਰੱਸਟ ਸ੍ਰੀ ਰਾਮ ਤੀਰਥ ਮੰਨਾ, ਚੇਅਰਮੈਨ ਮਾਰਕੀਟ ਕਮੇਟੀ ਬਰਨਾਲਾ ਸ. ਪਰਮਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਭੰਗੂ, ਆਯੁਰਵੈਦਿਕ ਅਤੇ ਯੂਨਾਨੀ ਅਫ਼ਸਰ ਡਾ. ਅਮਨ ਕੌਸ਼ਲ ਸਮੇਤ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਸ਼ਹਿਰ ਵਾਸੀਆਂ ਨੇ ਭਾਗ ਲਿਆ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਸ੍ਰੀ ਟੀ ਬੈਨਿਥ ਨੇ ਬਰਨਾਲਾ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਸੀ ਐਮ ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਸਕੀਮ ਦਾ ਲਾਹਾ ਲੈਣ ਦਾ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਜਿਸ ਤਹਿਤ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਮੁਫ਼ਤ ਕਲਾਸਾਂ 138 ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਲਾਈਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅੱਜ ਦੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਜਿੱਥੇ ਹਰ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਤਣਾਅ ਵਿਚ ਹੈ ਤਾਂ ਯੋਗ ਅਜਿਹਾ ਸਾਧਨ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਜੁੜ ਕੇ ਨਿਰੋਗ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਰਾਮ ਤੀਰਥ ਮੰਨਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ
ਯੋਗ ਲਈ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਕੱਢ ਕੇ ਅਸੀਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੰਦਰੁਸਤ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਉਦੇਸ਼ ਤਹਿਤ ਮਾਨ ਸਰਕਾਰ ਵਲੋਂ ਸੀ ਐੱਮ ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਤਹਿਤ ਬਲਾਕ ਬਰਨਾਲਾ ਵਿੱਚ 81 ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਯੋਗ ਕਲਾਸਾਂ ਲਾਈਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਪਰਮਿੰਦਰ ਭੰਗੂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅੱਜ ਦੀ ਇਸ ਭੱਜ ਦੌੜ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਵਾਸਤੇ ਜਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਸਰੀਰਕ ਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਦਾ ਪਸਾਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੋਗ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਵਿਧੀ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹਿਣ ਦਾ ਇੱਕ ਉਤਮ ਸਾਧਨ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਹਰੇਕ ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਯੋਗ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਆਯੁਰਵੈਦਿਕ ਅਤੇ ਯੂਨਾਨੀ ਅਫ਼ਸਰ ਡਾ. ਅਮਨ ਕੌਸ਼ਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੋਗ ਕਰਨ ਨਾਲ ਇਨਸਾਨ ਸਰੀਰਕ ਪੱਖੋਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਤਾਂ ਹੁੰਦਾ ਹੀ ਹੈ ਬਲਕਿ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਨਾਲ ਮਨ ਸਥਿਰ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਅੰਦਰੂਨੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਖ਼ਾਤਮਾ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਨਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਹਰ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਬੱਚੇ, ਨੌਜਵਾਨ ਅਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਫ਼ਾਇਦੇਮੰਦ ਸਾਬਤ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਸੀ.ਐਮ ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਕੋ-ਆਰਡੀਨੇਟਰ ਰਸ਼ਪਿੰਦਰ ਕੌਰ ਕਿ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੀ ਨਿਵੇਕਲੀ ਪਹਿਲ ਸੀ.ਐਮ ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਤਹਿਤ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਲਾਏ ਜਾ ਰਹੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਯੋਗਾ ਸੈਸ਼ਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਕੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਵਸਨੀਕ ਲਾਭ ਉਠਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮੁਹੱਲੇ, ਪਿੰਡ ਜਾ ਸ਼ਹਿਰ ਵਾਸੀਆਂ ਨੇ ਮੁਫ਼ਤ ਯੋਗ ਕਲਾਸਾਂ ਦਾ ਲਾਭ ਉਠਾਉਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਵੈਬਸਾਈਟ ✵✡➢⇦⮉✤✚⟺★▲⇩▲. ✚☨✪⇨▲✫.✚✤✂.⇦✪ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਇੱਕ ਸਮਰਪਿਤ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨੰਬਰ 76694-00500 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰਕੇ, ਆਪਣੀ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਸ੍ਰੀ ਟੀ ਬੈਨਿਥ ਦੇ ਮਾਤਾ ਡਾ. ਗੌਰੀ ਦੇਵੀ ਵੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਹੋਰਨਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਐੱਸ ਪੀ ਅਸ਼ੋਕ ਕੁਮਾਰ, ਸਹਾਇਕ ਕਮਿਸ਼ਨਰ (ਜ) ਜੁਗਰਾਜ ਸਿੰਘ ਕਾਹਲੋਂ, ਡੀ ਐੱਸ ਪੀ ਸਤਵੀਰ ਸਿੰਘ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਖੇਡ ਅਫ਼ਸਰ ਉਮੇਸ਼ਵਰੀ ਸ਼ਰਮਾ, ਕਾਰਜ ਸਾਧਕ ਅਫ਼ਸਰ ਨਗਰ ਕੌਂਸਲ ਬਰਨਾਲਾ ਸ੍ਰੀ ਵਿਸ਼ਾਲਦੀਪ ਸਮੇਤ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਬਾਬਾ ਗਾਂਧਾ ਸਿੰਘ ਸਕੂਲ ਡਾ. ਸੰਦੀਪ ਕੁਮਾਰ ਸਮੇਤ ਵੱਖ ਵੱਖ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ 1300 ਦੇ ਕਰੀਬ ਯੋਗ ਪ੍ਰੇਮੀਆਂ ਨੇ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਆਯੁਰਵੈਦਿਕ ਅਤੇ ਯੂਨਾਨੀ ਵਿਭਾਗ ਤੋਂ ਗੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸੁਪਰਡੈਂਟ, ਸ੍ਰੀਮਤੀ ਪ੍ਰੀਤੀ ਸ਼ਰਮਾ ਸੀਨੀਅਰ ਸਹਾਇਕ, ਡਾਕਟਰ ਰਾਕੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ, ਡਾਕਟਰ ਸ਼ੀਤੂ ਢੀਂਗਰਾ ਤੇ ਡਾਕਟਰ ਹਰਜੋਤ ਕੁਮਾਰ ਸ਼ਰਮਾ, ਉਪ ਵੈਦ ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਲਲਿਤ ਸ਼ਰਮਾ, ਹਰਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ, ਆਰਤੀ ਸ਼ਰਮਾ, ਦਲਜੀਤ ਕੌਰ, ਯਾਦਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਤੇ ਸਰਬਜੀਤ ਕੌਰ ਉਪ ਵੈਦ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

ਅੰਤਰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦਾ ਆਯੋਜਨ

ਬਰਨਾਲਾ (ਲੋਕ ਬਾਣੀ)- ਯੁਵਾ ਮਾਮਲੇ ਅਤੇ ਖੇਡ ਮੰਤਰਾਲਾ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਅਦਾਰੇ ਮੇਰਾ ਯੁਵਾ ਭਾਰਤ ਬਰਨਾਲਾ ਵਲੋਂ ਸ਼੍ਰੀ ਲਾਲ ਬਹਾਦਰ ਸ਼ਾਸਤਰੀ ਆਰੀਆ ਮਹਿਲਾ ਕਾਲਜ ਬਰਨਾਲਾ ਦੇ ਐਨ ਐਸ ਐਸ ਵਿਭਾਗ, ਰੈਡ ਰਿਬਨ ਕਲੱਬ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਗਿਆਰਵਾਂ ਅੰਤਰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਕਾਲਜ ਦੇ ਕਾਰਜਕਾਰਨੀ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾ ਸੁਸ਼ੀਲ ਬਾਲਾ, ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਫਸਰ ਮੈਡਮ ਅਰਚਨਾ ਵਲੋਂ ਜਿਲਾ ਯੂਥ ਅਫਸਰ ਆਭਾ ਸੋਨੀ ਨੂੰ ਫੁੱਲਾਂ ਦਾ ਗੁਲਦਸਤਾ ਦੇ ਕੇ ਜੀ ਆਇਆ ਆਖਿਆ। ਮੈਡਮ ਅਰਚਨਾ ਨੇ ਦਸਿਆ ਕਿ ਅੱਜ ਦੇ ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿਚ 100 ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਨੇ ਭਾਗ ਲਿਆ ਜਿਸ ਵਿਚ ਮੈਡਮ ਨੀਰੂ ਜੇਠੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾ ਸੁਸ਼ੀਲ ਬਾਲਾ ਨੇ ਯੋਗ ਕਿਰਿਆਵਾਂ, ਤਾੜ ਆਸਣ, ਬ੍ਰਿਛ ਆਸਣ, ਨੌਕਾ ਆਸਣ, ਭੁਜੰਗ ਆਸਣ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਣਾਯਾਮ ਕਰਵਾਇਆ। ਜਿਲਾ ਯੂਥ ਅਫਸਰ ਮੈਡਮ ਆਭਾ ਸੋਨੀ ਨੇ ਸੰਬੋਧਨ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੋਗ ਸਿਰਫ਼ ਕਸਰਤ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇਹ ਜੀਵਨ ਜੀਉਣ ਦਾ ਇਕ ਵਿਗਿਆਨ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਮਨ, ਸ਼ਰੀਰ ਤੇ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਸੰਤੁਲਨ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਮੈਡਮ ਨੇ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਯੋਗ ਨੂੰ ਰੋਜਾਨਾ ਜੀਵਨ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾਉਣ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਤੰਦਰੁਸਤ ਅਤੇ ਨਿਰੋਗ ਰਹਿਣ। ਮੈਡਮ ਆਰਤੀ ਅਗਰਵਾਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੋਗ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਦੀ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ ਤੇ ਆਤਮਿਕ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਲਈ ਅਤਿ ਜਰੂਰੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ "ਯੋਗ ਸਾਡੀ ਪੁਰਾਤਨ ਵਿਰਾਸਤ ਦਾ ਅਹੰਕਾਰ ਹੈ, ਜੋ ਅੱਜ ਪੂਰੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ ਦੇ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਅਫਸਰ ਮੈਡਮ ਅਰਚਨਾ ਨਾਲ ਮੈਡਮ ਨੀਰੂ ਜੇਠੀ, ਮੈਡਮ ਆਰਤੀ ਅਗਰਵਾਲ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਏ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਦੇ ਕੇ ਸਨਮਾਨਿਤ ਵੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

ਢਕੋਲੀ ਵਿੱਚ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਯੋਗਾ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਦਿਵਸ , ਬੀ ਜੇ ਪੀ ਨੇਤਾ ਸੰਜੀਵ ਖੰਨਾ ਰਹੇ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ

ਜ਼ੀਰਕਪੁਰ, (ਲੋਕ ਬਾਣੀ) 11ਵੇਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗਾ ਦਿਵਸ ਦੇ ਮੌਕੇ 'ਤੇ, ਸੁਸ਼ਮਾ ਸਕੁਏਅਰ ਢਕੋਲੀ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਯੋਗਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤੇ ਗਏ। ਇਸ ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਡੇਰਾਬੱਸੀ ਭਾਜਪਾ ਨੇਤਾ ਅਤੇ ਸੂਬਾ ਸਕੱਤਰ ਸੰਜੀਵ ਖੰਨਾ, ਮੰਡਲ ਪ੍ਰਧਾਨ ਰਾਸ਼ੀ ਅਈਅਰ, ਰਾਮ ਸੇਵਾ ਸੰਘ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸੁਧੀਰ ਕਾਂਟੀਵਾਲ ਅਤੇ ਸ਼ਸ਼ੀ ਭੂਸ਼ਣ ਸ਼ਰਮਾ ਆਰਡਬਲਯੂਏ ਪ੍ਰਧਾਨ ਗੋਲਡਨ ਸੈਂਡ ਜਗਦੀਪ ਗਰਗ, ਸ਼੍ਰੀ ਅਟਵਾਲ ਸਮੇਤ ਪੂਰੀ ਆਰਡਬਲਯੂਏ ਟੀਮ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਅਤੇ ਸੈਂਕੜੇ ਵਰਕਰਾਂ ਨੇ ਯੋਗਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ। ਇਹ ਸਮਾਗਮ ਸੁਸ਼ਮਾ ਸਕੁਏਅਰ ਢਕੋਲੀ ਆਰਡਬਲਯੂਏ ਦੁਆਰਾ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੰਗਠਨਾਂ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਇਸ ਸਮਾਗਮ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਯੋਗਾ ਦੇ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਲਾਭਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਸਨੂੰ ਆਪਣੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰੁਟੀਨ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਅਪਣਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਸੀ। ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਤਜਰਬੇਕਾਰ ਯੋਗਾ ਇੰਸਟ੍ਰਕਟਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਉਹ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਯੋਗਾ ਆਸਣ ਅਤੇ ਤਕਨੀਕਾਂ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਯੋਗ ਸਨ। ਸੰਜੀਵ ਖੰਨਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਨੂੰ ਆਧੁਨਿਕ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਯੋਗਾ ਦੀ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਭਾਰਤੀ ਪਰੰਪਰਾ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣ ਦਾ ਸਿਹਰਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਸਮੇਂ ਜਦੋਂ ਬਾਹਰੀ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਯੋਗ ਆਸਣਾਂ ਨੂੰ ਪੇਟੈਂਟ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ ਅਤੇ ਭਾਰਤ ਆਪਣੀ ਵਿਰਾਸਤ ਗੁਆ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਉਦੋਂ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਨੇ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲ ਕਰਕੇ ਯੋਗ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵਵਿਆਪੀ ਮਾਨਤਾ ਦਿੱਤੀ। ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਦੇ ਯਤਨਾਂ ਸਦਕਾ 21 ਜੂਨ 2015 ਤੋਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਮਨਾਉਣ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਹੋਈ। ਅੱਜ ਸਿਰਫ਼ ਭਾਰਤ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਦੁਨੀਆ ਦੇ 190 ਦੇਸ਼ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹਨ। ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਭਾਰਤ ਦੀ ਰਿਸ਼ੀ ਪਰੰਪਰਾ ਨੂੰ ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਦੇਣ ਅਤੇ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਨੂੰ ਵਿਰਾਸਤ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਹੈ। ਇਹ ਸਮਾਗਮ ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਪ੍ਰਤੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀ ਵਚਨਬੱਧਤਾ ਦਾ ਸੱਚਾ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬ ਸੀ। ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਨੂੰ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਯੋਗਾ ਦੇ ਸੰਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਲਾਭਾਂ ਨੂੰ ਵੱਡੇ ਦਰਸ਼ਕਾਂ ਤੱਕ ਫੈਲਾਉਣ ਲਈ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੇ ਸਮਾਗਮਾਂ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਗੇ।

ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਨਿਰੋਗ ਜੀਵਨ ਲਈ ਯੋਗ ਜ਼ਰੂਰੀ: ਵਿਧਾਇਕ ਉੱਗੋਕੇ

ਸ਼ਹਿਣਾ, (ਲੋਕ ਬਾਣੀ)

ਵਿਧਾਇਕ ਹਲਕਾ ਭਦੌੜ ਸ. ਲਾਭ ਸਿੰਘ ਉੱਗੋਕੇ ਨੇ ਸੀ.ਐਮ. ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਤਹਿਤ ਅੱਜ 11ਵੇਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਮੌਕੇ ਮੰਦਿਰ ਬੀਬੜੀਆਂ ਮਾਈਆਂ, ਲੰਗਰ ਹਾਲ ਸ਼ਹਿਣਾ ਵਿੱਚ ਕਰਾਏ ਯੋਗ ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਿਰਕਤ ਕੀਤੀ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸੀ.ਐਮ.ਦੀ ਯੋਗਸਾਲਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੀ.ਐਮ.ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ 'ਤੇ ਵਧਾਈ ਦਿੱਤੀ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਯੋਗਾ ਟ੍ਰੇਨਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਕਰਵਾਏ ਜਾ ਰਹੇ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਦੀ ਸ਼ਲਾਘਾ ਵੀ ਕੀਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਨਿਰੋਗ ਜੀਵਨ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਪੂੰਜੀ ਹੈ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਹਲਕਾ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਸੀ.ਐਮ.ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਤਹਿਤ ਮੁਫ਼ਤ ਕਲਾਸਾਂ ਦਾ ਲਾਭ ਲੈਣ ਦਾ ਸੱਦਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਕਿ ਆਪਣੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੀ ਸਫਾਈ ਦਾ ਖਾਸ ਧਿਆਨ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦੀ ਸ਼ੁੱਧਤਾ ਵੱਲ ਵੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨੂੰ ਸਾਫ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਸਾਫ ਹਵਾ ਲਈ ਬੂਟੇ ਲਗਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਐੱਸ ਡੀ ਐਮ ਤਪਾ ਸਿਮਰਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮੁਹੱਲੇ, ਪਿੰਡ ਜਾ ਸ਼ਹਿਰ ਵਾਸੀਆਂ ਨੇ ਮੁਫ਼ਤ ਯੋਗ ਕਲਾਸਾਂ ਦਾ ਲਾਭ ਉਠਾਉਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਵੈਬਸਾਈਟ ✵✡➢⇦⮉✤✚⟺★▲⇩▲.✚☨✪⇨▲✫. ✚✤✂.⇦✪ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਇੱਕ ਸਮਰਪਿਤ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨੰਬਰ 76694-00500 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਡੀ ਐੱਸ ਪੀ ਤਪਾ ਗੁਰਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਡਾਕਟਰ ਅਮਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨੋਡਲ ਅਫ਼ਸਰ ਸਮੇਤ ਆਯੁਰਵੈਦਿਕ ਅਤੇ ਯੂਨਾਨੀ ਵਿਭਾਗ ਤੋਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਉਪ ਵੈਦ, ਹੋਰ ਵਿਭਾਗਾਂ ਤੋਂ ਅਧਿਕਾਰੀ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀ, ਸਮਾਜਸੇਵੀ, ਰਾਜਨੀਤਕ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤਾਂ ਤੇ ਯੋਗ ਪ੍ਰੇਮੀ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

ਡੇਰਾਬੱਸੀ ਵਿੱਖੇ ਫੈਕਟਰੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਖਤਰਨਾਕ ਕਚਰਾ ਖੁਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਸੁੱਟ ਅੱਗ ਲਾ ਕੀਤਾ ਜਾਂ ਰਿਹਾ ਕੇ ਨਸ਼ਟ

ਡੇਰਾਬੱਸੀ, (ਲੋਕ ਬਾਣੀ)---ਡੇਰਾਬੱਸੀ ਬਰਵਾਲਾ ਸੜਕ ਤੇ ਬਿਜਲੀ ਗ੍ਰਿਡ ਨੇੜੇ ਬਰਸਾਤੀ ਨਾਲੇ ਕੋਲ ਕਈ ਫੈਕਟਰੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਖਤਰਨਾਕ ਕਚਰਾ ਖੁਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਸੁੱਟ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲਾ ਕੇ ਨਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਵਾਤਾਵਰਣ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਹਵਾ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੋਵੇਂ ਹੀ ਵਿਗੜ ਰਹੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਦਾ ਸਿੱਧਾ ਅਸਰ ਇਥੋਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਪਰਦੂਸ਼ਣ ਕੰਟਰੋਲ ਵਿਭਾਗ ਇਸ ਗੰਭੀਰ ਮਾਮਲੇ 'ਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਬੇਖਬਰ ਨਜ਼ਰ ਆ ਰਹੇ ਹਨ।

ਡੇਰਾਬੱਸੀ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕੈਂਸਰ ਵਰਗੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਪੀੜਤ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਥੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਅਤੇ ਧੂੰਏਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹਵਾ-ਪਾਣੀ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਘਟ ਰਹੀ ਹੈ, ਜੋ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਜਾਨਲੇਵਾ ਸਾਬਤ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਉਦਯੋਗੀਕਰਨ ਅਤੇ ਲਾਪਰਵਾਹੀ ਕਾਰਨ ਇਲਾਕੇ ਦੀ ਵਾਤਾਵਰਣਕ ਸਥਿਤੀ ਹੋਰ ਵੀ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਬਣਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

ਮਾਹਿਰਾਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਜੇਕਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨਾਮਿਆਂ 'ਤੇ ਰੋਕ ਨਾ ਲਾਈ ਗਈ, ਤਾਂ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਘਾਤਕ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਹੋਰ ਵਧਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸੰਭਾਲ ਲਈ ਜਾਗਰੂਕ ਹੋਣ ਅਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਨੂੰ ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਤੁਰੰਤ ਕਾਰਵਾਈ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਕਰਨ

ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਇਹ ਸਿਲਸਿਲਾ ਚਲਦਾ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਹੋਣ ਨਾਲ ਹਵਾ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਮਿੱਟੀ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਲਗਾਤਾਰ ਖਰਾਬ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ।

ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਖੰਘ, ਦਮਾ, ਐਲਰਜੀ, ਫੇਫੜਿਆਂ ਅਤੇ ਸਾਹ ਨਾਲੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ, ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਜਲਣ, ਚਮੜੀ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਆਮ ਹੋ ਰਹੀ ਹਨ।

ਪਾਣੀ ਦੇ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਨਾਲ ਨਦੀਆਂ, ਝੀਲਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਮੀਨੀ ਪਾਣੀ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।

ਮਾਹਿਰਾਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਜੇਕਰ ਇਹ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਨਾ ਰੁਕਿਆ ਗਿਆ, ਤਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਉਮਰ ਘਟ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਈ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਤੱਕ ਸਿਹਤ ਤੇ ਵੱਡਾ ਖਤਰਾ ਬਣਿਆ ਰਹੇਗਾ। ਖੇਤਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਰਕਾਰ ਤੋਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆ ਖਿਲਾਫ਼ ਸਖਤ ਤੋਂ ਸਖਤ ਕਾਰਵਾਈ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਕਾਰ ਸਵਾਰਾਂ ਨੇ ਲਿਫਟ ਦੇ ਕੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਔਰਤ ਦੇ ਕੰਨ ਚੋਂ ਸੋਨੇ ਦੀ ਵਾਲੀ ਲਾਹੀ, ਫਰਾਰ

ਬਰਨਾਲਾ-(ਲੋਕ ਬਾਣੀ) ਬਠਿੰਡਾ ਮੁੱਖ ਮਾਰਗ 'ਤੇ ਧਾਗਾ ਮਿਲ ਨਜ਼ਦੀਕ ਕਾਰ ਸਵਾਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਇੱਕ ਬਜ਼ੁਰਗ ਔਰਤ ਦੇ ਕੰਨ 'ਚ ਪਾਈ ਸੋਨੇ ਦੀ ਵਾਲੀ ਲਾਹ ਕੇ ਫਰਾਰ ਹੋ ਜਾਣ ਦਾ ਸਮਾਚਾਰ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਹੈ,ਜਦਕਿ ਦੂਸਰੀ ਔਰਤ ਦਾ ਬਚਾਅ ਰਹਿ ਗਿਆ।ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਬਜੁਰਗ ਔਰਤ ਗੁਰਦੇਵ ਕੋਰ ਪਤਨੀ ਮਹਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਵਾਸੀ ਬਠਿੰਡਾ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਹ ਅਪਣੀ ਭਰਜਾਈ ਗੁਰਦੇਵ ਕੋਰ ਪਤਨੀ ਛੋਟਾ ਸਿੰਘ ਨਾਲ ਰਾਮਪੁਰਾ ਬਾਈਪਾਸ ਹਾਈਵੇ 'ਤੇ ਖੜ੍ਹੀ ਸੀ ਤਾਂ ਇੱਕ ਸਵਿਫਟ ਕਾਰ ਜਿਸ 'ਚ 2 ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਇੱਕ ਮਰਦ ਚਾਲਕ ਸੀ,ਕਹਿਣ ਲੱਗੇ ਅਸੀਂ ਬਰਨਾਲਾ ਸਾਈਡ ਜਾਣਾ ਹੈ ਅਗਰ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬੈਠ ਜਾਉ ਅਤੇ ਸਕੇ ਸੰਬੰਧੀ ਅਤੇ ਰਿਸਤੇਦਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਵਾਉਣ ਉਪਰੰਤ ਕਾਰ 'ਚ ਬੈਠ ਗਈਆਂ, ਜਦ ਉਹ ਤਪਾ ਵਿਖੇ ਧਾਗਾ ਮਿਲ ਕੋਲ ਪੁੱਜੇ ਤਾਂ ਪਿਛਲੀ ਸੀਟ ਤੇ ਬੈਠੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨੇ ਉਸਦੇ ਕੰਨ 'ਚ ਪਾਈ ਸੋਨੇ ਦੀ ਵਾਲੀ ਲਾਹ ਲਈ, ਜਦ ਦੂਸਰੀ ਔਰਤ ਦੇ ਕੰਨਾਂ ਦੀਆਂ ਲਾਹੁਣ ਲੱਗੇ ਤਾਂ ਉਸਦੇ ਰੌਲਾ ਪਾਉਣ ਤੇ ਕਾਰ ਸਵਾਰ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਲਾਹਕੇ ਰਾਮਪੁਰਾ ਸਾਈਡ ਵੱਲ ਕਾਰ ਮੋੜਕੇ ਫਰਾਰ ਹੋ ਗਏ।ਦੋਵੇਂ ਨਣਦ ਭਰਜਾਈ ਨੇ ਤਪਾ ਓਵਰਬਿ੍ਰਜ ਹੇਠਾਂ ਆਕੇ ਆਪ ਬੀਤੀ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਇਕੱਠ ਨੂੰ ਦੱਸੀ। ਘਟਨਾ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਦੇ ਹੀ ਥਾਣਾ ਮੁਖੀ ਸ਼ਰੀਫ ਖਾਨ ਪੁਲਿਸ ਪਾਰਟੀ ਸਮੇਤ ਮੌਕੇ ਤੇ ਪੁੱਜੇ ਜਿਨਾਂ ਕਾਰ ਸਵਾਰ ਲੁਟੇਰਿਆਂ ਦਾ ਪਿੱਛਾ ਵੀ ਕੀਤਾ, ਪ੍ਰੰਤੂ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਲੁਟੇਰੇ ਫਰਾਰ ਹੋ ਗਏ ਸਨ। ਫਿਲਹਾਲ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਇਸ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਬਰੀਕੀ ਨਾਲ ਜਾਂਚ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ।

ਸੰਤ ਹਰੀਦਾਸ ਜੀ ਦਾ 59ਵਾਂ ਬਰਸੀ ਸਮਾਗਮ ਕਰਵਾਇਆ

(ਪਾਲ ਜਲੰਧਰੀ) ਬ੍ਰਹਮਲੀਨ ਸੰਤ ਹਰੀਦਾਸ ਮਹਾਰਾਜ ਜੀ ਦਾ 59ਵਾਂ ਬਰਸੀ ਸਮਾਗਮ ਅੰਮ੍ਰਿਤਬਾਣੀ ਪਾਵਨ ਗ੍ਰੰਥ ਦੀ ਛਤਰ ਛਾਇਆ ਦੇ ਹੇਠ ਅਤੇ ਡੇਰੇ ਦੇ ਗੱਦੀ ਨਸ਼ੀਨ ਸੰਤ ਬੀਬੀ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੇਵੀ ਮਹਾਰਾਜ ਜੀ ਦੀ ਪਾਵਨ ਸਰਪਰਸਤੀ ਹੇਠ ਬੜੀ ਹੀ ਸ਼ਰਧਾ ਅਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਸਾਹਿਤ ਡੇਰਾ 108 ਸੰਤ ਹਰੀਦਾਸ ਜੀ ਬੋਪਾਰਾਏ ਕਲਾਂ ਵਿਖੇ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ । ਇਸ ਮੌਕੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਬਾਣੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਰਵਿਦਾਸ ਮਹਾਰਾਜ ਜੀ ਦੇ ਲੜੀਵਾਰ ਪਾਵਨ ਜਾਪ ਹੋਏ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵ ਦੇ ਭਲੇ ਦੀ ਅਰਦਾਸ ਕੀਤੀ ਗਈ । ਇਸ ਮੌਕੇ ਸੰਤ ਬੀਬੀ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਦੇਵੀ ਜੀ,ਸੰਤ ਸੁਰਿੰਦਰ ਦਾਸ ਬਾਵਾ ਜੀ, ਸੰਤ ਹਰਵਿੰਦਰ ਦਾਸ ਜੀ,ਸੰਤ ਬੂਟਾ ਭਾਰਤੀ ਜੀ, ਸੰਤ ਧਰਮ ਦਾਸ ਜੀ, ਗਿਆਨੀ ਸੱਜਣ ਸਿੰਘ ਜੀ, ਸ੍ਰੀ ਵਿਕਰਮ ਰਵਿਦਾਸੀਆ, ਸੰਤ ਹਰਮੇਸ਼ਵਰੀ ਜੀ, ਸੰਤ ਹਰਦੇਸਵਰੀ ਜੀ ਆਦਿ ਨੇ ਪ੍ਰਵਚਨ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੰਤ ਹਰੀਦਾਸ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣਾ ਸਾਰਾ ਜੀਵਨ ਪ੍ਰਭੂ ਭਗਤੀ ਅਤੇ ਸਤਿਗੁਰੂ ਰਵਿਦਾਸ ਮਹਾਰਾਜ ਜੀ ਦੇ ਮਿਸ਼ਨ ਨੂੰ ਜਨ ਜਨ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਲਈ ਲਗਾਇਆ, ਸਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਦੱਸੇ ਹੋਏ ਮਾਰਗ ਦੇ ਚੱਲ ਕੇ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਸਫਲਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ । ਇਸ ਮੌਕੇ ਬੰਗੜ ਬ੍ਰਦਰ ,ਜੀਵਨ ਸੋਹਲ, ਬਾਬਾ ਭੱਟੀ ਅਤੇ ਸੰਤ ਹਰੀ ਦਾਸ ਡੇਰੇ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਰਾਹੀਂ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਨਿਹਾਲ ਕੀਤਾ । ਇਸ ਮੌਕੇ ਲੇਖਕ ਮਹਿੰਦਰ ਸੰਧੂ ਮਹੇੜੂ ਦੁਆਰਾ ਸੰਤ ਹਰੀਦਾਸ ਦੇ ਜੀਵਨ ਤੇ ਛਾਪਿਆ ਗਿਆ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅੰਕ ਸੰਤਾਂ ਮਹਾਂਪੁਰਸ਼ਾਂ ਵੱਲੋਂ ਰਿਲੀਜ਼ ਕੀਤਾ ਗਿਆ । ਪਹਿਲੀ ਕਲਾਸ ਤੋਂ ਦਸਵੀ ਕਲਾਸ ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਚੇ, ਜੋ ਪਹਿਲੇ ਦੂਜੇ ਅਤੇ ਤੀਜੇ ਸਥਾਨ ਤੇ ਆਏ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੰਤਾਂ ਵੱਲੋਂ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ । ਗੁਰੂ ਦਾ ਲੰਗਰ ਅਤੁੱਟ ਵਰਤਿਆ ਅਤੇ ਸਟੇਜ ਸਕੱਤਰ ਦੀ ਸੇਵਾ ਡਾ ਪ੍ਰੇਮ ਧਨਾਲ ਨੇ ਨਿਭਾਈ ।

ਯੋਗ ਭਾਰਤ ਦੀ ਦੇਣ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਪੂਰੇ ਵਿਸ਼ਵ ਨੇ ਅਪਣਾਇਆ:ਲਾਭ ਸਿੰਘ ਉੱਗੋਕੇ ਵਿਧਾਇਕ ਹਲਕਾ ਭਦੌੜ ਪਾ ਮੰਡੀ (ਧੀਮਾਨ

(ਲੋਕ ਬਾਣੀ) ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਆਗੂ ਅਤੇ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਹਲਕਾ ਭਦੌੜ ਦੇ ਵਿਧਾਇਕ ਲਾਭ ਸਿੰਘ ਉੱਗੋਕੇ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੋਗ ਸਾਡੇ ਰਿਸ਼ੀ-ਮੁਨੀਆਂ ਦੀ ਦੇਣ ਹੈ, ਪਰ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਸਾਡੀ ਇਹ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਪਰੰਪਰਾ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ, ਜਿਸਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਮਨੁੱਖਤਾ ਤੇ ਪਿਆ। ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਨੇ 21 ਜੂਨ ਨੂੰ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਵਜੋਂ ਘੋਸ਼ਿਤ ਕਰਕੇ ਭਾਰਤ ਦੀ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਸਾਲ ਪੁਰਾਣੀ ਪਰੰਪਰਾ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਵਿਧਾਇਕ ਲਾਭ ਸਿੰਘ ਉੱਗੋਕੇ ਨੇ ਅੱਜ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਮੌਕੇ ਆਪਣੇ ਹਲਕੇ ਦੇ ਪਿੰਡ ਸ਼ਹਿਣਾ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਸਮਾਗਮ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ, ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ (ਸੀ ਐਮ ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਸਕੀਮ ਦਾ ਲਾਭ ਲੈ ਕੇ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਤੰਦਰੁਸਤ ਵੱਲ ਕਦਮ ਵਧਾਉਣ ਦਾ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ। ਵਿਧਾਇਕ ਉੱਗੋਕੇ ਨੇ ਯੋਗਪੀਠ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਆਯੋਜਿਤ ਯੋਗ ਰਿਹਰਸਲ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਵਜੋਂ ਹਿੱਸਾ ਲੈ ਕੇ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸੀਆਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਇੱਥੇ ਪਹੁੰਚਣ 'ਤੇ ਵਿਧਾਇਕ ਲਾਭ ਸਿੰਘ ਉੱਗੋਕੇ ਦਾ ਸ਼ਹਿਣਾ ਪਹੁੰਚਣ ਤੇ ਸਵਾਗਤ ਕਰਦੇ ਹੋਏ । ਵਿਧਾਇਕ ਲਾਭ ਸਿੰਘ ਉੱਗੋਕੇ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸੀਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹਨ ਕਈ ਯੋਗ ਕੈਂਪਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਹਿੱਸਾ ਲੈਂਦੇ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਬੋਲਦਿਆਂ ਲਾਭ ਸਿੰਘ ਉੱਗੋਕੇ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੋਗਾ ਸਿਰ.ਫ ਇਕ ਦਿਨ ਲਈ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇਸਨੂੰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਰੁਟੀਨ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਵੇਰੇ ਜਲਦੀ ਉੱਠਣ ਦੀ ਆਦਤ ਪੂਰੇ ਦਿਨ ਦੇ ਸ਼ਡਿਊਲ ਨੂੰ ਵਿਵਸਥਿਤ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ ਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸ.ਫਲ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅਕਤੀ ਹੀ ਬਿਹਤਰ ਸਮਾਜ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ 'ਚ ਆਪਣੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਲਾਭ ਸਿੰਘ ਉੱਗੋਕੇ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ 21 ਜੂਨ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਰੈਲੀਆਂ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ,

ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਯੋਗ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਲਈ ਨਿਯਮਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੁਬਾਰਕਪੁਰ ਵਿੱਚ ਵੀ ਪਤੰਜਲੀ ਯੋਗਪੀਠ ਵੱਲੋਂ ਆਯੋਜਿਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਲਾਭ ਸਿੰਘ ਉੱਗੋਕੇ ਨੇ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ ਅਤੇ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸੀਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕੀਤੀ। ਇੱਥੇ ਪੰਚਾਇਤਾਂ ਅਤੇ ਕਈ ਹੋਰਾਂ ਨੇ ਵਿਧਾਇਕ ਲਾਭ ਸਿੰਘ ਉੱਗੋਕੇ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸੀ ਵਿੱਦਿਆ ਮੰਦਰ ਸਕੂਲ ਤਪਾ ਵਿਖੇ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸੀਆ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਮੌਕੇ ਤੇ ਸਬ ਡਵੀਜ਼ਨ ਤਪਾ ਦੀ ਐਸ ਡੀ ਐਮ ਸਿਮਰਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ,ਨਿੱਜੀ ਸਹਾਇਕ ਹੈਰੀ ਧੂਰਕੋਟ, ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਡਾਕਟਰ ਬਾਲ ਚੰਦ ਬਾਂਸਲ, ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਦੀਪਕ ਗੱਗ, ਕੌਂਸਲਰ ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ ਲਾਡੀ, ਪ੍ਰਧਾਨ ਗੁਰਤੇਜ ਸਿੰਘ ਧਾਲੀਵਾਲ, ਪ੍ਰਧਾਨ ਜਸਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਚੱਠਾ,ਸਬ ਡਵੀਜ਼ਨ ਤਪਾ ਦੇ ਉਪ ਕਪਤਾਨ ਗੁਰਬਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਐਸ ਡੀ ਐਮ ਦੇ ਰੀਡਰ ਜਗਸੀਰ ਸਿੰਘ ਆਦਿ ਸਨ।

ਅਦਾਰਾ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਲੋਕ ਬਾਣੀ ਅਖਬਾਰ ਵਿੱਚ ਛਾਪੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆ ਖਬਰਾਂ , ਰਿਪੋਰਟਾਂ , ਲੇਕ, ਕਹਾਣੀਆਂ, ਕਵਿਤਾਵਾ ਅਤੇ ਹਰ ਕਿਸਮ ਦੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਗਈ । ਸੂਚਨਾਂ, ਵਿਚਾਰ ਆਦਿ ਨਾਲ ਅਖਬਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਦਾ ਸਹਿਮਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ । ਇਸ ਅਖਬਾਰ ਵਿੱਚ ਛੱਪੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ (ਡਿਸਪਲੇ, ਕਲਾਸੀਫਾਈਡ) ਦੇ ਤੱਥਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕੋਈ ਜੰਮੇਵਾਰੀ ਨਹੀ ਲੈਂਦੇ ਕਿਉਂਕਿ ਅਖਬਾਰ ਇੰਨਾ ਨੂੰ ਤਸਦੀਕ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਪਾਠਕਾਂ/ਸ਼ੁਭ ਚਿੰਤਕਾ ਨੂੰ ਬੇਨਤੀ ਹੈ । ਕਿ ਉਹ ਇੰਨਾ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਾਂ ਤੇ ਕੋਈ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇੰਨਾਂ ਤੱਥਾਂ ਦੀ ਪੜਤਾਲ , ਪੁਸ਼ਟੀਕਰ ਲੈਣ।ਰੋਜ਼ਾਨਾਲੋਕ 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 ਨਹੀ । ਖਬਰਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਜਿੰਮੇਵਾਰੀ ਪੱਤਰਕਾਰ ਦੀ ਹੋਵੇਗੀ ।

Daily Lok Bani(Punjabi) R.N.I. Punpun/29016/2008 Editor, owner, 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, Editormehra@gmail.com

ਸੀ.ਐੱਮ. ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਤਹਿਤ ਸ੍ਰੀ ਕਰਤਾਰਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਕਾਰੀਡੋਰ ਵਿਖੇ ਅੰਤਰ-ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ

ਵਿਧਾਇਕ ਗੁਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਰੰਧਾਵਾ ਅਤੇ ਲੈਂਡ ਪੋਰਟ ਅਥਾਰਿਟੀ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਸਮੇਤ ਬੀ.ਐੱਸ.ਐੱਫ. ਦੇ ਜਵਾਨਾਂ ਤੇ ਸੈਂਕੜੇ ਯੋਗ ਪ੍ਰੇਮੀਆਂ ਨੇ ਲਿਆ ਹਿੱਸਾ

ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਨੂੰ ਪ੍ਰਫੁੱਲਿਤ ਕਰਨਾ, ਸਾਡੇ ਲਈ ਮਾਣ ਦੀ ਗੱਲ - ਵਿਧਾਇਕ ਗੁਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਰੰਧਾਵਾ

ਡੇਰਾ ਬਾਬਾ ਨਾਨਕ, (ਜਸਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ) - ਸੀ ਐੱਮ ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਅਧੀਨ 11ਵੇਂ ਅੰਤਰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਮੌਕੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਵੱਲੋਂ ਲੈਂਡ ਪੋਰਟ ਅਥਾਰਿਟੀ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਅੱਜ ਸ੍ਰੀ ਕਰਤਾਰਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਕਾਰੀਡੋਰ, ਡੇਰਾ ਬਾਬਾ ਨਾਨਕ ਵਿਖੇ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਯੋਗ ਕੈਂਪ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ। ਇਸ ਯੋਗਾ ਕੈਂਪ ਵਿੱਚ ਹਲਕਾ ਵਿਧਾਇਕ ਸ. ਗੁਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਰੰਧਾਵਾ, ਐੱਸ.ਡੀ.ਐੱਮ. ਡੇਰਾ ਬਾਬਾ ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੰਦਰ ਸਿੰਘ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਲੈਂਡ ਪੋਰਟ ਅਥਾਰਿਟੀ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀ ਮੈਨੇਜਰ ਸੰਦੀਪ ਮਹਾਜਨ, ਮਨਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਬੀ.ਐੱਸ.ਐੱਫ ਸਹਾਇਕ ਕਮਾਂਡਰ ਰਾਹੁਲ, ਇਮੀਗਰੇਸ਼ਨ ਅਧਿਕਾਰੀ ਪਿਯੂਸ਼ ਤ੍ਰਿਪਾਠੀ ਅਤੇ ਬੀ.ਐੱਸ.ਐੱਫ. ਜਵਾਨਾਂ ਸਮੇਤ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਇਲਾਕਾ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਨੇ ਭਾਗ ਲਿਆ। ਇਸ ਯੋਗ ਕੈਂਪ ਦੌਰਾਨ ਸੀ.ਐੱਮ. ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਦੇ ਯੋਗਾ ਮਾਹਿਰ ਟਰੇਨਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਯੋਗਾ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਆਸਣਾਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਕਿ ਕਿਸ ਯੋਗ ਆਸਣ ਦੇ ਕੀ ਲਾਭ ਹਨ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦਿਆਂ ਡੇਰਾ ਬਾਬਾ ਨਾਨਕ ਦੇ ਵਿਧਾਇਕ ਸ.

ਗੁਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਰੰਧਾਵਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਡੇ ਰਿਸ਼ੀਆਂ ਮੁਨੀਆਂ ਨੇ ਸੈਂਕੜੇ ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਤਪੱਸਿਆ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਯੋਗ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਅੱਜ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਨੂੰ ਮਾਨਤਾ ਹਾਸਲ ਹੋਈ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸਾਡੇ ਲਈ ਬੜੇ ਹੀ ਮਾਣ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅੱਜ ਦੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਜਿੱਥੇ ਕਿ ਹਰ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਸਰੀਰਕ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹੈ ਤਾਂ ਯੋਗ ਇੱਕੋ-ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਸਾਧਨ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਜੁੜ ਕੇ ਨਿਰੋਗ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਵਿਧਾਇਕ ਗੁਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਰੰਧਾਵਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੋਗ ਲਈ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਕੱਢ ਕੇ ਅਸੀਂ ਭੱਜ ਦੌੜ ਅਤੇ ਤਣਾਅ ਭਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀ ਤਰਾਂ ਤੰਦਰੁਸਤ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਯੋਗ ਨੂੰ ਅਪਣਾ ਕੇ ਦਵਾਈਆਂ 'ਤੇ ਵੱਡੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਖ਼ਰਚੇ ਨੂੰ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਯੋਗ ਵਿੱਚ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਸਮਾਂ, ਸਾਡੇ ਸਮੁੱਚੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਖ਼ੁਸ਼ਹਾਲ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਵੱਡਾ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਵਿਧਾਇਕ ਸ. ਗੁਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਰੰਧਾਵਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਯੋਗਾ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਰਾਜ ਭਰ ਵਿੱਚ ਨਿਵੇਕਲੀ ਪਹਿਲਕਦਮੀ ਕਰਦਿਆਂ ਸੀ.ਐਮ ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਚਲਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੀ.ਐਮ ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਪਿੰਡਾਂ ਅਤੇ ਮੁਹੱਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਮੁਫ਼ਤ ਯੋਗਾ ਕਲਾਸਾਂ ਲਗਾਈਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਯੋਗਾ ਕਲਾਸਾਂ ਤੋਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾਂ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਲੋਕ ਲਾਭ ਉਠਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮੁਹੱਲੇ, ਪਿੰਡ ਜਾ ਸ਼ਹਿਰ ਵਾਸੀਆਂ ਨੇ ਮੁਫ਼ਤ ਯੋਗ ਕਲਾਸਾਂ ਦਾ ਲਾਭ ਉਠਾਉਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ✲✡➢⇦⮏✤✚⟷★▲⇩▲.✥☨✪⇨▲☆.✚✤✂.⇦✪ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਇੱਕ ਸਮਰਪਿਤ ਹੈਲਪ ਲਾਈਨ ਨੰਬਰ 76694-00500 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਰਜਿਸਟਰੇਸ਼ਨ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਧਾਰੀਵਾਲ ਦੇ ਮੋਨੀ ਮੰਦਿਰ ਨੇੜੇ ਗਾਂਧੀ ਗਰਾਊਂਡ ਵਿਖੇ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ

ਚੇਅਰਮੈਨ ਜਗਰੂਪ ਸਿੰਘ ਸੇਖਵਾਂ ਨੇ ਯੋਗਾ ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਵਜੋਂ ਕੀਤੀ ਸ਼ਿਰਕਤ

ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਨਿਰੋਗ ਰੱਖਣ ਲਈ ਯੋਗ ਕਰਨਾ ਬੇਹੱਦ ਜ਼ਰੂਰੀ - ਜਗਰੂਪ ਸਿੰਘ ਸੇਖਵਾਂ

ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ,-(ਜਸਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ)- ਅੱਜ 11ਵੇਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਮੌਕੇ ਮੋਨੀ ਮੰਦਿਰ ਨੇੜੇ ਗਾਂਧੀ ਗਰਾਊਂਡ ਧਾਰੀਵਾਲ ਵਿਖੇ ਯੋਗਾ ਦਿਵਸ ਸਬੰਧੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਮਾਗਮ ਕਰਵਾਇਆ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਯੋਜਨਾ ਕਮੇਟੀ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਦੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਅਤੇ ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਸੂਬਾ ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ ਜਗਰੂਪ ਸਿੰਘ ਸੇਖਵਾਂ ਨੇ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਵਜੋਂ ਸ਼ਿਰਕਤ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਨਗਰ ਕੌਂਸਲ ਧਾਰੀਵਾਲ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਅਸ਼ਵਨੀ ਦੁੱਗਲ ਅਤੇ ਬੀ.ਡੀ.ਪੀ.ਓ. ਕੁਲਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਚਾਹਲ, ਆਯੁਰਵੈਦਿਕ ਤੇ ਯੂਨਾਨੀ ਅਫ਼ਸਰ ਡਾ. ਪ੍ਰਦੀਪ ਸਿੰਘ, ਡਾਕਟਰ ਮੰਜੂ ਆਯੁਰਵੈਦਿਕ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫ਼ਸਰ ਸਮੇਤ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਹੋਰ ਮੁਹਤਬਰ ਵੀ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗਾ ਦਿਵਸ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਧਾਰੀਵਾਲ ਵਿਖੇ ਕਰਵਾਏ ਗਏ ਇਸ ਸਮਾਗਮ ਦੌਰਾਨ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਯੋਗਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸੀ.ਐੱਮ. ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਦੇ ਟਰੇਨਰ ਵਿਕਰਮ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਮੰਜੂ ਆਯੁਰਵੈਦਿਕ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫ਼ਸਰ ਵੱਲੋਂ ਯੋਗਾ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਆਸਣਾਂ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਕਰਵਾਏ ਗਏ ਅਤੇ ਨਾਲ

ਹੀ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਫ਼ਾਇਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ। ਯੋਗਾ ਮਾਹਿਰਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਯੋਗਾ ਆਪਣੀ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਜਗਰੂਪ ਸਿੰਘ ਸੇਖਵਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੋਗਾ ਤੰਦਰੁਸਤ ਜੀਵਨ ਦਾ ਅਧਾਰ ਹੈ ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਰੋਜ਼ਾਨਾਂ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਯੋਗਾ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੇ ਸੂਬੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰੱਖਣ ਲਈ ਯੋਗਾ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਜਿਸ ਤਹਿਤ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਸੀ.ਐੱਮ. ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਚਲਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹੁਣ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮੁਹੱਲੇ ਜਾਂ ਪਿੰਡ ਦੇ ਲੋਕ ਮੋਬਾਈਲ ਨੰਬਰ 7669400500 ਉੱਪਰ ਮਿਸ ਕਾਲ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਸੀ.ਐੱਮ. ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਯੋਗਾ ਕਲਾਸਾਂ ਬਿਲਕੁਲ ਮੁਫ਼ਤ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਲਾਸਾਂ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਭਰਤੀ ਕੀਤੇ ਯੋਗਾ ਮਾਹਿਰ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਨੂੰ ਸ਼ੁੱਧ ਰੱਖਣ ਦਾ ਸੁਨੇਹਾ ਵੀ ਦਿੱਤਾ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਤੇ ਸੈਕਟਰੀ ਮਨਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਦਲਬੀਰ ਸਿੰਘ, ਸੁਰਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਗੁਰਦੇਵ ਸਿੰਘ, ਕਰਤਾਰ ਚੰਦ, ਕੁਲਵੰਤ ਸਿੰਘ, ਸੋਨੂੰ ਮਸੀਹ, ਅਮਨਦੀਪ ਜੀ.ਆਰ.ਐੱਸ, ਸਰਪੰਚ ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਜਤਿੰਦਰ ਜੱਜ ਪਿੰਡ ਮਾਲੀਸਰਾਂ, ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸਿੱਧਵਾਂ ਸਰਪੰਚ, ਸਰਪੰਚ ਮੰਗਲਜੀਤ ਸਿੰਘ ਅਠਵਾਲ, ਸਰਪੰਚ ਗੁਰਦੇਵ ਸਿੰਘ ਕਲੇਰ ਕਲਾਂ, ਸਰਪੰਚ ਬਲਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸੋਨੂੰ ਸੋਹਲ ਵੀ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

ਡੀ.ਏ.ਵੀ. ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਸਕੂਲ ਵਿਖੇ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ, (ਲੋਕ ਬਾਣੀ)ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦੇ ਮੌਕੇ 'ਤੇ, ਡੀ.ਏ.ਵੀ. ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾ.ਅੰਜਨਾ ਗੁਪਤਾ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਹੇਠ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ 'ਤੇ 1000 ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਾਲ ਯੋਗਾਸਨ ਕੀਤੇ। ਯੋਗ ਇੰਸਟਰਕਟਰ ਨੇ ਭੁਜੰਗਾਸਨ, ਸ਼ਲਭਾਸਨ, ਵ੍ਰਿਕਸ਼ਾਸਨ, ਤਾਡਾਸਨ, ਅਰਧਚਕ੍ਰਾਸਨ, ਪੱਛਮੀਮੋਤਾਨਾਸਨ, ਤਿਤਲੀ ਆਸਨ, ਵਜਰਾਸਨ, ਦੰਡਾਸਨ, ਗਰੁਡਾਸਨ, ਕਪਾਲਭਾਤੀ, ਲੋਮ-ਵਿਲੋਮ ਵਰਗੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਧਿਆਨ ਅਤੇ ਧਾਰਨਾ ਵੀ ਕਰਵਾਈਆਂ। ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਫਾਇਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸਦੇ ਹੋਏ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੋਗਾਸਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹਿੱਸੇ ਖਿਚਾਅ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਲਚਕੀਲੀਆਂ ਅਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਨਾੜੀਆਂ ਵਿੱਚ ਖ਼ੂਨ ਦਾ ਸੰਚਾਰ ਸੁਚਾਰੂ ਢੰਗ ਨਾਲ

ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਸੰਬੋਧਨ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਡਾ.ਅੰਜਨਾ ਗੁਪਤਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਸਿਹਤ ਮੰਤਰਾਲੇ, ਡੀ.ਏ.ਵੀ. ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ, 'ਆਰੀਆ ਰਤਨ' ਡਾ. ਪੂਨਮ ਸੂਰੀ ਜੀ ਪਦਮ ਸ਼੍ਰੀ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਹੇਠ ਡੀ.ਏ.ਵੀ. ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੇ ਮੁਖੀ ਆਪਣੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਪ੍ਰਤੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਫੈਲਾਉਣ ਲਈ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਯੋਗ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਆਯੋਜਿਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਲਈ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਲਾਜ਼ਮੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਹੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਅਸਲ ਦੌਲਤ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਰਿਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਲੰਬੀ ਉਮਰ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਮੂਲ ਮੰਤਰ ਯੋਗਾਸਨ ਦਾ ਨਿਯਮਿਤ ਅਭਿਆਸ ਸੀ। ਯੋਗ ਸਰੀਰ ਅਤੇ ਮਨ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਸਕਾਰਾਤਮਕਤਾ ਲਿਆਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤਣਾਅ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਯੋਗਾ ਅਪਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਚੰਗੀ ਰਹੇ। ਇਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ ਸ਼ਕਤੀ ਵੀ ਵਧੇਗੀ ਅਤੇ ਉਹ ਚੰਗੇ ਅੰਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਣਗੇ।

11ਵਾਂ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ-2025

ਜਮਨੇਜ਼ੀਅਮ ਹਾਲ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਵਿਖੇ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪੱਧਰੀ ਯੋਗ ਸਮਾਗਮ

ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਯੋਗਾ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸੀ.ਐੱਮ. ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਤਹਿਤ ਮੁ.ਫ਼ਤ ਯੋਗਾ ਕਲਾਸਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀਆਂ - ਰਮਨ ਬਹਿਲ

ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਵੱਲੋਂ ਨਿਰੋਗ ਤੇ ਖ਼ੁਸ਼ਹਾਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਲਈ ਯੋਗ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਸੱਦਾ

ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ,-(ਜਸਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ)- 11ਵੇਂ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਮੌਕੇ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਤਹਿਤ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਵੱਲੋਂ ਅੱਜ ਜਮਨੇਜ਼ੀਅਮ ਹਾਲ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਵਿਖੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪੱਧਰੀ ਯੋਗ ਸਮਾਗਮ ਪੂਰੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਾਲ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ। ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਸਬੰਧੀ ਅੱਜ ਸਵੇਰੇ 6:30 ਵਜੇ ਜਮਨੇਜ਼ੀਅਮ ਹਾਲ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ ਹੈਲਥ ਸਿਸਟਮਜ਼ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਸ੍ਰੀ ਰਮਨ ਬਹਿਲ, ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਸ੍ਰੀ ਦਲਵਿੰਦਰਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਵਧੀਕ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ (ਜ) ਡਾ. ਹਰਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਬੇਦੀ, ਐੱਸ.ਡੀ.ਐੱਮ. ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਮਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਰਾਜਲਾ, ਸਹਾਇਕ ਕਮਿਸ਼ਨਰ (ਜ) ਆਦਿੱਤਯ ਗੁਪਤਾ, ਸਕੱਤਰ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰੀਸ਼ਦ ਜ਼ੀਨਤ ਖੈਹਿਰਾ ਸਮੇਤ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਵਿਭਾਗਾਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀ ਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀ, ਸਕੂਲੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਖਿਡਾਰੀ ਅਤੇ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਦੇ ਵਸਨੀਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏ। ਸਰਕਾਰੀ ਆਯੁਰਵੈਦਿਕ ਡਾਕਟਰ ਨਵਦੀਪ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਟੀਮ ਵੱਲੋਂ ਕੈਂਪ ਵਿੱਚ ਹਾਜ਼ਰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਯੋਗ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰ ਵਿੱਚ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਯੋਗਾ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਆਸਣ ਕਰਵਾਏ ਗਏ। ਸਾਰੇ ਹਾਜ਼ਰੀਨ ਵੱਲੋਂ ਬੜੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਾਲ ਯੋਗ ਆਸਣ ਕੀਤੇ ਗਏ। ਸਕੂਲੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਯੋਗਾ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਵੱਡਾ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਪੰਜਾਬ ਹੈਲਥ ਸਿਸਟਮਜ਼ ਕਾਰਪੋਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਸ੍ਰੀ ਰਮਨ ਬਹਿਲ ਨੇ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗਾ ਦਿਵਸ ਦੀ ਵਧਾਈ ਦਿੰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਨਿਰੋਗ ਰਹਿਣ ਲਈ ਯੋਗ ਅਪਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਸ. ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਯੋਗਾ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਰਾਜ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ

ਸੀ.ਐੱਮ. ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਤਹਿਤ ਹਰ ਮੁਹੱਲੇ ਤੇ ਪਿੰਡ-ਪਿੰਡ ਯੋਗਾ ਦੀਆਂ ਮੁ.ਫਤ ਕਲਾਸਾਂ ਲਗਾਈਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਮਾਹਿਰ ਯੋਗਾ ਟਰੇਨਰ ਭਰਤੀ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੂਬੇ ਭਰ ਵਿੱਚ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਲੋਕ ਰੋਜ਼ਾਨਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਯੋਗਾ ਕਲਾਸਾਂ ਦਾ ਲਾਭ ਉਠਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਸਬੰਧੀ ਕਰਵਾਏ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਦੀ ਸ਼ਲਾਘਾ ਵੀ ਕੀਤੀ।

ਇਸੇ ਦੌਰਾਨ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਦੱਸਦਿਆਂ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਸ੍ਰੀ ਦਲਵਿੰਦਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੋਗਾ ਸਾਡੀ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਪਰੰਪਰਾ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਅਨਮੋਲ ਤੋਹ.ਫ਼ਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੋਗ ਮਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰ, ਸੰਜਮ ਤੇ ਪੂਰਤੀ, ਵਿਅਕਤੀ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤ ਵਿਚਲੇ ਸੁਮੇਲ, ਵਿਚਾਰ ਅਤੇ ਕਾਰਜ ਦੀ ਏਕਤਾ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਡੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਭਲਾਈ ਲਈ ਕੀਮਤੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੋਗਾ ਕੇਵਲ ਅਭਿਆਸ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇਹ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਵਿਚ ਸੰਸਾਰ, ਆਤਮ ਭਾਲ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਖੋਜਣ ਦਾ ਇੱਕ ਬਿਹਤਰੀਨ ਤਰੀਕਾ ਹੈ। ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਜੋਕੀ ਭੱਜ-ਦੌੜ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਸਾਨੂੰ ਰੋਜ਼ਾਨਾਂ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਆਪਣੇ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰ ਕੱਢਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾਂ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਯੋਗਾ ਜਾਂ ਇਸ ਵਰਗੀ ਕੋਈ ਹੋਰ ਗਤੀਵਿਧੀ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਕੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਜੀਵਨ ਬਸਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਨੇ ਅੱਗੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਨਿਰੋਈ ਸਿਹਤ ਸਬੰਧੀ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨ ਲਈ ਸੀ.ਐੱਮ. ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਤਹਿਤ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚ 22 ਯੋਗ ਟਰੇਨਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ 119 ਯੋਗ ਕਲਾਸਾਂ ਚਲਾਈਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਵੱਲੋਂ ਸੀ.ਐੱਮ. ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਨੂੰ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਪਿੰਡ-ਪਿੰਡ ਤੱਕ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਪਿੰਡ ਜਾਂ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਮੁਹੱਲਾ ਵਾਸੀ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਸੀ.ਐੱਮ. ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ 7669400500 ਉੱਪਰ ਮਿਸ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਕਿ ਉਹ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਇਨ੍ਹਾਂ ਯੋਗਾ ਕਲਾਸਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜ ਕੇ ਇਸ ਦਾ ਭਰਪੂਰ ਲਾਭ ਉਠਾਉਣ।

ਇਸ ਯੋਗ ਸੈਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ ਸਿਵਲ ਸਰਜਨ ਡਾ. ਲਲਿਤ ਮੋਹਨ, ਮੁੱਖ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਅ.ਫਸਰ ਡਾ. ਅਮਰੀਕ ਸਿੰਘ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਖੇਡ ਅ.ਫਸਰ ਸਿਮਰਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਰੰਧਾਵਾ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਭੂਮੀ ਰੱਖਿਆ ਅ.ਫਸਰ ਸ. ਹਰਚਰਨ ਸਿੰਘ ਕੰਗ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅ.ਫਸਰ (ਸ) ਰਾਜੇਸ਼ ਸ਼ਰਮਾ, ਨਗਰ ਸੁਧਾਰ ਟਰੱਸਟ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਦੇ ਟਰੱਸਟੀ ਰਘੂਬੀਰ ਸਿੰਘ ਖ਼ਾਲਸਾ, ਟਰੱਸਟੀ ਹਿਤੇਸ਼ ਮਹਾਜਨ, ਜਗਜੀਤ ਸਿੰਘ ਪਿੰਟਾ, ਸੀ.ਐੱਮ. ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਦੇ ਟਰੇਨਰਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਤੇ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਦੇ ਵਾਸੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਏ।

ਬਸਾਤੀ ਯੂਨੀਅਨ ਤਪਾ ਦੇ ਅਹੁਦੇਦਾਰਾਂ ਕੀਤੀ ਮੀਟਿੰਗ

ਤਪਾ ਮੰਡੀ, ((ਲੋਕ ਬਾਣੀ)) ਬਸਾਤੀ ਯੂਨੀਅਨ ਤਪਾ 25 ਮੈਂਬਰੀ ਕਮੇਟੀ ਦੀ ਇੱਕ ਮੀਟਿੰਗ ਚੇਅਰਮੈਨ ਸੰਦੀਪ ਕੁਮਾਰ ਵਿੱਕੀ ਤੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਅਸ਼ੋਕ ਘੜੈਲਾ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਤਪਾ ਵਿਖੇ ਹੋਈ। ਮੀਟਿੰਗ ਵਿਚ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਸਮੂਹ ਅਹੁਦੇਦਾਰਾਂ ਨੇ ਭਾਗ ਲਿਆ। ਮੀਟਿੰਗ ਮੌਕੇ ਯੂਨੀਅਨ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਦੁਕਾਨਦਾਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਰੇਡੀਮੇਡ ਅਤੇ ਬਸਾਤੀ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ 4,5 ਅਤੇ 6 ਜੁਲਾਈ ਨੂੰ ਬੰਦ ਰੱਖ ਕੇ ਗਰਮੀ ਦੀਆਂ ਛੁੱਟੀਆਂ ਮਨਾਉਣ ਦੀ ਮੰਗ ਰੱਖੀ ਗਈ। ਜਿਸ ਤੇ ਯੂਨੀਅਨ ਵੱਲੋਂ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿਚ ਦੁਕਾਨਦਾਰਾਂ ਦੀ ਮੰਗ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਰੱਖਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਸਿਰਫ 5 ਅਤੇ 6 ਜੁਲਾਈ ਨੂੰ ਯੂਨੀਅਨ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ ਜਿਵੇਂ ਰੇਡੀਮੇਡ,ਬਸਾਤੀ,ਬੂਟ ਚੱਪਲ,ਗਿਫਟ ਹਾਊਸ ਅਤੇ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ ਬੰਦ ਰੱਖਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਯੂਨੀਅਨ ਨੇ ਸਰਬਸੰਮਤੀ ਨਾਲ ਰਾਮ ਲਾਲ(ਸ਼ੇਰ) ਨੂੰ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਅਤੇ ਮੱਖਣ ਲਾਲ ਸਿੰਗਲਾ ਨੂੰ ਯੂਨੀਅਨ ਦਾ ਜਰਨਲ ਸੈਕਟਰੀ ਥਾਪਿਆ। ਉਪਰੰਤ ਯੂਨੀਅਨ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਸਵ: ਰਾਧਾ ਰਾਮ ਦੀ ਆਤਮਿਕ ਸ਼ਾਂਤੀ ਲਈ ਦੋ ਮਿੰਟ ਦਾ ਮੌਨ ਧਾਰਕੇ ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਵੀ ਦਿੱਤੀ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਯੂਨੀਅਨ ਦੇ ਸੰਦੀਪ ਭੈਣੀ (ਰਿੰਕੂ) , ਮੰਗੂ ਮੌੜ,ਕਾਲਾ ਬੂਟਾਂ ਵਾਲਾ, ਯੋਗੀ ਘੜੈਲਾ, ਪਵਨ ਧੂਰਕੋਟ, ਨੋਨੂੰ ਮੌੜ, ਹੈਪੀ ਬਾਂਸਲ, ਪੱਪੂ ਅਟੈਚੀ ਹਾਊਸ ਆਦਿ ਸਮੂਹ ਅਹੁਦੇਦਾਰ ਮੌਜੂਦ ਸਨ।

ਕੈਪਸ਼ਨ:- ਮੀਟਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਯੂਨੀਅਨ ਦੇ ਸਮੂਹ ਅਹੁਦੇਦਾਰ ਤਸਵੀਰ (ਪ੍ਰਵੀਨ ਗਰਗ)

ਸਿਹਤ ਬਲਾਕ ਤਪਾ ਅਧੀਨ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰਾਂ ਵਿਖੇ ਮਨਾਇਆ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ

ਗੈਰ ਸੰਚਾਰੀ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਦੈ ਯੋਗ- ਡਾ. ਇੰਦੂ ਬਾਂਸਲ

ਤਪਾ ਮੰਡੀ (ਲੋਕ ਬਾਣੀ) ਸਿਵਲ ਸਰਜਨ ਡਾ. ਬਲਜੀਤ ਸਿੰਘ ਦੇ ਦਿਸ਼ਾ ਨਿਰਦਸ਼ਾਂ ਤਹਿਤ ਅੱਜ ਸਿਹਤ ਬਲਾਕ ਤਪਾ ਅਧੀਨ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਿਹਤ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿਖੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਸੀਨੀਅਰ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫਸਰ ਐਸ.ਡੀ.ਐਚ. ਤਪਾ ਡਾ. ਇੰਦੂ ਬਾਂਸਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅੱਜ ਕੱਲ ਦੀ ਭਜ-ਦੌੜ ਵਾਲੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕਾਰਨ ਸਿਹਤ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਕਈ ਨਵੀਆਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਸਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਹਨ। ਗੈਰ ਸੰਚਾਰੀ ਰੋਗ ਜਿਵੇਂ ਹਾਈ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ, ਸ਼ੂਗਰ, ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ, ਲਕਵਾ, ਕੈਂਸਰ, ਦਮਾ, ਸਾਹ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ, ਪੇਟ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗਾਂ ਨਾਲ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਲੋਕ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਆਧੁਨਿਕ ਸਮਾਜ ਵਿਚ ਸਰੀਰਿਕ ਘੱਟ ਤੇ ਦਿਮਾਗੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਧ ਗਈਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਤਣਾਅ ਦਾ ਇਕ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਮੁਕਤੀ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਸਰੀਰਿਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕਰਨਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਭ ਲਈ ਯੋਗਾ ਕਰਨਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਹੇਵੰਦ ਹੈ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਬਲਾਕ ਐਜੂਕੇਟਰ ਜਸਪਾਲ ਸਿੰਘ ਜਟਾਣਾ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਯੋਗ ਕਸਰਤ ਕਰਨ ਦਾ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਅਤੇ ਲੋਕਪ੍ਰਿਅ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਆਸਨਾਂ, ਸਾਹ ਲੈਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਅਤੇ ਆਤਮਿਕ ਧਿਆਨ ਲਾਉਣ ਵਰਗੀਆਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਉਪਰ ਆਧਾਰਤ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਸ਼ੂਗਰ, ਹਾਈ ਬੀਪੀ, ਦਿਲ ਦੇ ਰੋਗ ਆਦਿ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਵਿਚ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਿਰਾਸ਼ਾ, ਥਕਾਵਟ, ਮਾਨਸਿਕ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਅਤੇ ਤਣਾਅ ਵਰਗੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਸੀ.ਐਚ.ਓ ਸੰਦੀਪ ਕੌਰ, ਅਮਿਤ, ਵਰਿੰਦਰ ਸ਼ਰਮਾ, ਮਨਜਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਮਨੀਸ਼ਾ, ਸਿਮਰਜੀਤ ਕੌਰ, ਨਵਦੀਪ ਕੌਰ, ਸੰਗੀਤਾ, ਵਿੱਕੀ, ਬੇਅੰਤ ਕੌਰ ਏ.ਐਨ.ਐਮ. ਸਵਰਨਦੀਪ ਕੌਰ, ਸਤਪਾਲ ਕੌਰ, ਮਨਦੀਪ ਕੌਰ, ਪੁਸ਼ਪਾ, ਗੁਰਸੇਵਕ ਸਿੰਘ ਤੇ ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਆਦਿ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

ਮੈਡੀਕਲ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰਜ਼ ਐਸੋਸ਼ੀਏਸ਼ਨ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਮੰਗਾਂ ਸਬੰਧੀ ਇੱਕ ਮੰਗ ਪੱਤਰ ਹਲਕਾ ਵਿਧਾਇਕ ਉੱਗੋਕੇ ਨੂੰ ਸੌਂਪਿਆ

ਤਪਾ ਮੰਡੀ, (ਲੋਕ ਬਾਣੀ) ਮੈਡੀਕਲ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰਜ਼ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਬਲਾਕ ਸ਼ਹਿਣਾ ਨੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਨਾਂਅ ਆਪਣੀਆਂ ਮੰਗਾਂ ਸਬੰਧੀ ਇੱਕ ਮੰਗ ਪੱਤਰ ਤਪਾ ਸਥਿਤ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਵਿਖੇ ਹਲਕਾ ਵਿਧਾਇਕ ਲਾਭ ਸਿੰਘ ਉੱਗੋਕੇ ਨੂੰ ਸੌਂਪਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਡਾ: ਜੱਗਾ ਸਿੰਘ ਮੌੜ ਨੇ ਹਲਕਾ ਵਿਧਾਇਕ ਉੱਗੋਕੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਮੰਗਾਂ ਪਿੰਡਾਂ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਦੀਆਂ ਗਰੀਬ ਬਸਤੀਆਂ ਅੰਦਰ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਮੁੱਢਲੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਰਹੇ ਅਣ-ਰਜਿਸਟਰਡ ਮੈਡੀਕਲ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰਾਂ ਨੂੰ ਮੁੱਢਲੀ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸਹੂਲਤਾਂ ਦੇਣ ਦੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਾਨਤਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ,ਤਜਰਬੇ ਦੇ ਆਧਾਰ ਤੇ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਮੁੱਢਲੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੇ ਰਹੇ ਅਣ-ਰਜਿਸਟਰਡ ਮੈਡੀਕਲ ਪ੍ਰੈਕਟੀਸ਼ਨਰਾਂ ਨੂੰ ਪਾਰਟ ਟਾਇਮ ਟਰੇਨਿੰਗ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ, ਸਬੰਧੀ ਵਿਸਥਾਰਪੂਰਵਕ ਜਾਣੂੰ ਕਰਵਾਇਆ। ਜਦਕਿ ਉਦਾਹਰਣ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਬਿਹਾਰ, ਪੱਛਮੀ ਬੰਗਾਲ, ਰਾਜਸਥਾਨ ਆਦਿ ਹੋਰ ਸੂਬਿਆਂ ਅੰਦਰ ਸਥਾਨਕ ਸਰਕਾਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਅਜਿਹੇ ਉਪਰਾਲੇ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਵਲੋਂ ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ ਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਆਫਤਾਂ ਸਮੇਂ ਵੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਸਮਾਜਿਕ ਬੁਰਾਈਆਂ ਜਿਵੇਂ ਦਾਜ ਦਹੇਜ, ਨਸ਼ਾ ਅਤੇ ਭਰੂਣ ਹੱਤਿਆ ਵਰਗੀਆਂ ਸਮਾਜਿਕ ਅਲਾਮਤਾ ਖਿਲਾਫ ਨੁੱਕੜ ਮੀਟਿੰਗਾਂ, ਸੈਮੀਨਾਰ ਆਦਿ ਰਾਹੀਂ ਲੋਕਾਂ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨ ਦੇ ਉਪਰਾਲੇ ਵੀ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਪਰੰਤ ਹਲਕਾ ਵਿਧਾਇਕ ਨੇ ਸਮੁੱਚੀ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦਿਵਾਇਆ ਕਿ ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਮੰਗ ਪੱਤਰ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਪੰਜਾਬ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਦਾ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਮੰਗਾਂ ਦਾ ਹਰ ਸੰਭਵ ਹੱਲ ਕਰਵਾਉਣਗੇ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਸਮੁੱਚੀ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਨੇ ਹਲਕਾ ਵਿਧਾਇਕ ਦਾ ਤਹਿ ਦਿਲੋਂ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ ਇਸ ਮੌਕੇ ਸਟੇਟ ਆਗੂ ਦਰਸ਼ਨ ਢਿਲਵਾਂ, ਬਲਾਕ ਪ੍ਰਧਾਨ ਡਾ: ਬਿਕਰ ਸਿੰਘ, ਸਕੱਤਰ ਡਾ: ਚਮਕੌਰ ਵਿਧਾਤਾ, ਖਜਾਨਚੀ ਡਾ: ਨਰੇਸ਼, ਸਤਾਰ ਮੁਹੰਮਦ, ਡਾ: ਬੂਟਾ ਸੰਧੂ, ਡਾ: ਗੁਰਦੀਪ ਮੱਲੀਆਂ ,ਗੁਰਦੀਪ ਢਿਲਵਾਂ, ਅਮਨਦੀਪ ਜੈਮਲ ਸਿੰਘ ਵਾਲਾ, ਲੱਖੀ ਮੌੜ, ਚਰਨਜੀਤ ਮੌੜ ਪਟਿਆਲਾ,ਡਾ: ਗੁਰਦੀਪ ਮੱਲੀਆਂ, ਡਾ: ਡਾਲਿਦਨ ਸ਼ਹਿਣਾ, ਡਾ: ਚਿਮਨ,ਡਾ: ਸੁਰਿੰਦਰ ਬੱਲੋਕੇ,ਡਾ: ਸੰਦੀਪ ਉੱਗੋਕੇ,ਡਾ: ਦਿਲਬਰ ਹੁਸੈਨ, ਸ਼ਹਿਣਾ,ਡਾ: ਰਾਜ ਘੁੰਨਸ,ਡਾ: ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਚੀਮਾ ਆਦਿ ਮੌਜੂਦ ਸਨ।

ਨਗਰ ਕੌਂਸਲ ਪ੍ਰਧਾਨ ਵੱਲੋਂ ਨੀਟ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਦੇ ਟੋਪਰ ਕੇਸ਼ਵ ਮਿੱਤਲ ਦਾ ਸਨਮਾਨ

ਤਪਾ ਮੰਡੀ, (ਲੋਕ ਬਾਣੀ) ਨੀਟ ਦੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਚੋਂ ਸੂਬੇ ਭਰ ਵਿਚੋਂ ਪਹਿਲਾ ਸਥਾਨ ਅਤੇ ਆਲ ਇੰਡੀਆ 7ਵਾਂ ਰੈਂਕ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕੇਸ਼ਵ ਮਿੱਤਲ ਦਾ ਅੱਜ ਨਗਰ ਕੌਂਸਲ ਪ੍ਰਧਾਨ ਡਾ: ਸੋਨਿਕਾ ਬਾਂਸਲ ਵੱਲੋਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਸਨਮਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਡਾ: ਬਾਲ ਚੰਦ ਬਾਂਸਲ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਥਾਣਾ ਮੁਖੀ ਤਪਾ ਸ਼ਰੀਫ ਖਾਨ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਸਨ। ਨਗਰ ਕੌਂਸਲ ਪ੍ਰਧਾਨ ਡਾ: ਸੋਨਿਕਾ ਬਾਂਸਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਿੱਥੇ ਕੇਸ਼ਵ ਮਿੱਤਲ ਨੇ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੇ ਨਕਸ਼ੇ ਕਦਮਾਂ ਤੇ ਚੱਲ ਕੇ ਇਹ ਮੁਕਾਮ ਹਾਸਿਲ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਇਲਾਕੇ ਅਤੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦਾ ਨਾਂਅ ਦੂਰ ਦੂਰ ਤੱਕ ਰੋਸ਼ਨ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਉੱਥੇ ਦੂਸਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਸ ਤੋਂ ਸੇਧ ਲੈ ਕੇ ਆਪਣੇ ਮੁਕਾਮ ਤੇ ਪਹੁੰਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਉਹਨਾਂ ਕੇਸ਼ਵ ਮਿੱਤਲ ਦੇ ਪਿਤਾ ਪ੍ਰਬੋਧ ਮਿੱਤਲ ਅਤੇ ਮਾਤਾ ਸੁਨੀਤਾ ਮਿੱਤਲ ਨੂੰ ਮੁਬਾਰਕਬਾਦ ਦਿੱਤੀ ਇਸ ਮੌਕੇ ਕੌਂਸਲਰ ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ ਲਾਡੀ,ਦਾਦਾ ਕੇਵਲ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਮਿੱਤਲ,ਦੀਪਕ ਗੋਇਲ ਆਦਿ ਹਾਜਰ ਸਨ।

ਟੀਐਸ ਸੈਂਟਰਲ ਸਟੇਟ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਦਾ ਸਮਰ ਫੈਸਟ 2025 ਦਾ ਫਾਈਨਲ ਧੂਮਧਾਮ ਨਾਲ ਸੰਪੰਨ

ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਅਨ ਡਾ. ਨੀਜਾ ਸਿੰਘ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਚ ਤਿੰਨ ਹ.ਫਤੇ ਚੱਲਿਆ

ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਜ, ਬਲਕਾਰ ਸਿੱਧੂ ਅਤੇ ਡਾ. ਵਿਨੋਦ ਸ਼ਰਮਾ ਮੌਜੂਦ ਸਨ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ। (ਲੋਕ ਬਾਣੀ) ਟੀਐਸ ਸੈਂਟਰਲ ਸਟੇਟ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ, ਸੈਕਟਰ 17 ਵਿਖੇ ਸਮਰ ਫੈਸਟ 2025 ਦਾ ਫਾਈਨਲ ਬਹੁਤ ਧੂਮਧਾਮ ਨਾਲ ਸਮਾਪਤ ਹੋਇਆ। ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਅਨ ਡਾ. ਨੀਜਾ ਸਿੰਘ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਚ ਤਿੰਨ ਹਫ਼ਤੇ ਚੱਲੇ ਇਸ ਫੈਸਟ ਵਿੱਚ ਟਰਾਈਸਿਟੀ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਸੈਂਕੜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ। ਡਾ. ਨੀਜਾ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਫੈਸਟ ਦੌਰਾਨ, ਆਰਟ, ਕਰਾਫਟ, ਪੇਂਟਿੰਗ, ਫਰੈਂਚ ਲਰਨਿੰਗ, ਥੀਏਟਰ ਵਰਕਸ਼ਾਪ, ਯੋਗਾ ਵਰਕਸ਼ਾਪ ਅਤੇ ਸਪਤ ਸੰਸਕਾਰ ਵਰਕਸ਼ਾਪ ਦੇ ਤਹਿਤ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਛੁਪੀ ਹੋਈ ਪ੍ਰਤਿਭਾ ਨੂੰ ਜਗਾਇਆ ਗਿਆ। ਸਮਾਪਤੀ ਸਮਾਰੋਹ ਚਰਿੱਤਰ ਨਿਰਮਾਣ ਵਰਕਸ਼ਾਪ ਸਪਤ ਸੰਸਕਾਰ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇ 'ਤੇ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਸਾਹਿਤਕਾਰ ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਜ ਸਨ। ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਕਲਾਕਾਰ ਬਲਕਾਰ ਸਿੱਧੂ ਮਹਿਮਾਨ ਵਜੋਂ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ। ਕਵੀ ਡਾ. ਵਿਨੋਦ ਸ਼ਰਮਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮਹਿਮਾਨ ਵਜੋਂ ਮੌਜੂਦ ਸਨ। ਚਰਿੱਤਰ ਨਿਰਮਾਣ ਵਰਕਸ਼ਾਪ ਸਪਤਸੰਸਕਰ ਦੇ ਰਿਸੋਰਸ ਪਰਸਨ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਸੁਧੀਰ ਬਵੇਜਾ ਨੇ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ। ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੌਰਾਨ ਬੱਚਿਆਂ ਨੇ ਦੇਸ਼ ਭਗਤੀ ਦੇ ਗੀਤਾਂ, ਸਦਾਬਹਾਰ ਬਾਲੀਵੁੱਡ ਗੀਤਾਂ, ਭੰਗੜਾ, ਭਰਤਨਾਟਿਅਮ, ਗਿੱਧਾ, ਚੁਟਕਲਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ। ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਇੰਚਾਰਜ ਨੀਲਮ ਬਾਂਸਲ ਨੇ ਸਾਰੇ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ੁਭਕਾਮਨਾਵਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ। ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਅਨ ਡਾ. ਨਿਜ਼ਾ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਟੀਐਸ ਸੈਂਟਰਲ ਸਟੇਟ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਹਰ ਸਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਮਰ ਫੈਸਟ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੌਰਾਨ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਨਾਲ ਜੁੜਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹਨ। ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਸਾਰੀਆਂ ਵਰਗਾ ਲਈ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ, ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਸਾਹਿਤਕਾਰ ਪ੍ਰੇਮ ਵਿਜ ਨੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰਤਿਭਾ ਦੀ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਕੀਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਜਿਹੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਕਾਰਨ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਤਿਭਾ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬਲਕਾਰ ਸਿੱਧੂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਹੈਰਾਨ ਹਨ। ਟੀਐਸ ਸੈਂਟਰਲ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਾ ਦੀ ਹੱਕਦਾਰ ਹੈ। ਡਾ. ਵਿਨੋਦ ਕੁਮਾਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਡਾ. ਨਿਜ਼ਾ ਸਿੰਘ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਚ ਆਯੋਜਿਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਟੀਐਸ ਸੈਂਟਰਲ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਆਪਣੇ ਪਾਠਕਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਬਹੁਤ ਸੁਚੇਤ ਹੈ। ਇਸ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਮਾਪੇ ਮੌਜੂਦ ਸਨ।

ਸੀ ਐਚ ਸੀ ਸਿੰਘੋਵਾਲ ਵਿਖੇ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ ਅੰਤਰ-ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ

ਦੀਨਾਨਗਰ (ਡਾ.ਰਮੇਸ਼ ਸਰੰਗਲ) ਅੱਜ 21 ਜੂਨ ਨੂੰ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਸਿੰਘੋਵਾਲ ਵਿਖੇ ਸੀਨੀਅਰ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫਸਰ ਡਾ. ਵਰਿੰਦਰ ਮੋਹਨ ਜੀ ਅਗਵਾਈ ਵਿੱਚ 11ਵਾਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਬੜੇ ਉਤਸਾਹ ਨਾਲ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਹੋਮਿਓਪੈਥੀ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫਸਰ ਡਾਕਟਰ ਇੰਦਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਰਾਣਾ ਨੇ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਦੇ ਸਮੂਹ ਸਟਾਫ ਅਤੇ ਇਲਾਕਾ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਕਾਮਨ ਯੋਗ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾਲ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ ਕਰਵਾਇਆ ਇਸ ਵਾਰ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦੇ ਥੀਮ *ਇੱਕ ਧਰਤੀ ਇੱਕ ਸਿਹਤ ਲਈ ਯੋਗ* ਤੇ ਸਮੂਹ ਯੋਗ ਪ੍ਰੇਮੀਆਂ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਿਆਂ ਡਾ. ਰਾਣਾ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਯੋਗ ਦੇ ਰਸਤੇ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੂਰੇ ਸੰਸਾਰ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕੇ ਇਹ ਵਿਸ਼ਾ ਧਾਰਮਿਕ, ਭੂਗੋਲਿਕ ਅਤੇ ਹੋਰ ਭਿੰਨਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਹਿਣ ਦਾ ਭਾਵ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਯੋਗ ਦੇ ਰਸਤੇ ਧਰਤੀ ਤੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਹੋਰ ਜੀਵਾ ਅਤੇ ਪੇੜ- ਪੌਦਿਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਵੀ ਬਰਾਬਰ ਮਹੱਤਵ ਰੱਖਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਸੰਪੂਰਨ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦਾ ਟੀਚਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਯੋਗ ਚਿਕਿਤਸਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਜਨਤਾ ਵਿੱਚ ਭਰਵਾਂ ਹੁੰਗਾਰਾ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਲੋਕ ਯੋਗ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਰੋਜਾਨਾ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹਨ੍ਹ ਸਮੂਹ ਆਏ ਹੋਏ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸੀਆਂ ਨੂੰ ਯੋਗ ਕਰਾਉਣ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਆਸਨ, ਪ੍ਰਾਣਾਯਾਮ, ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਧਿਆਨ ਦੇ ਲਾਭ ਵੀ ਦੱਸੇ ਗਏ ਅਤੇ ਇਹ ਵੀ ਸੁਚੇਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਕਿ ਕਿਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਿਨਾ ਪਰਿਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਇਸ ਮੌਕੇ ਤੇ ਡਾਕਟਰ ਸੰਗੀਤਾ ਪਾਲ ਨੇ ਗਰਭਵਤੀ ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਸਣ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਡਾਕਟਰ ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਸੁਖੀ, ਨਰਸਿੰਗ ਸਿਸਟਰ ਲਖਵਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਹੋਮਿਓਪੈਥੀ ਡਿਸਪੈਂਸਰ ਭਾਰਤ ਭੂਸ਼ਣ, ਲੈਬ ਟੈਕਨੀਸ਼ੀਅਨ ਭੁਪੇਸ਼ ਚੰਦਰ, ਅਨੀਤਾ, ਸਟਾਫ ਨਰਸ ਏਕਤਾ, ਨਵਜੀਤ ਕੌਰ, ਵਰਿੰਦਰ ਕੌਰ, ਸਪਨਾ, ਓਟ ਤੋਂ ਮਨਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਦਾਨਿਸ਼ ਆਦਿ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਦਾ ਸਮੂਹ ਸਟਾਫ ਅਤੇ ਇਲਾਕਾ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ੍ਹ

ਦੀਨਾਨਗਰ ਦੇ ਤਾਜ ਹੈਰੀਟੇਜ ਚ ਸੰਵਿਧਾਨ ਬਚਾਓ ਰੈਲੀ ਚ ਅੱਜ ਗੱਜਣਗੇ ਕਾਂਗਰਸੀ

ਦੀਨਾਨਗਰ (ਡਾ.ਰਮੇਸ਼ ਸਰੰਗਲ) ਦੀਨਾਨਗਰ ਵਿਖੇ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਸੰਵਿਧਾਨ ਬਚਾਓ ਰੈਲੀ ਅੱਜ ਮੁਗਰਾਲਾ ਬਾਈਪਾਸ ਤੇ ਤਾਜ ਹੈਰੀਟੇਜ ਚ ਰੱਖੀ ਗਈ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀਆਂ ਤਿਆਰੀਆਂ ਮੁਕੰਮਲ ਹੋ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ। ਵਿਧਾਇਕਾ ਅਰੁਨਾ ਚੋਧਰੀ ਅਤੇ ਸੀਨੀਅਰ ਕਾਂਗਰਸੀ ਲੀਡਰ ਅਸ਼ੋਕ ਚੌਧਰੀ

ਵੱਲੋਂ ਰੈਲੀ ਚ ਪਹੁੰਚਣ ਵਾਲੇ ਅਹੁਦੇਦਾਰਾਂ ਅਤੇ ਵਰਕਰਾਂ ਲਈ ਤਾਜ ਹੈਰੀਟੇਜ ਚ ਮੁਕੰਮਲ ਤੌਰ ਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ ਇਸ ਮਹਾ ਰੈਲੀ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ ਭਰ ਤੋ ਕਾਂਗਰਸ ਦੀ ਸਮੁੱਚੀ ਲੀਡਰਸ਼ਿੱਪ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਕਰੇਗੀ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਤੇ ਵਿਧਾਇਕਾ ਅਰੁਨਾ ਚੋਧਰੀ ਅਤੇ ਸੀਨੀਅਰ ਕਾਂਗਰਸੀ ਨੇਤਾ ਅਸ਼ੋਕ ਚੌਧਰੀ ਨੇ ਕਾਂਗਰਸ ਦੇ ਸਮੂਹ ਨੇਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਮਹਾਂ ਰੈਲੀ ਚ 10 ਵਜੇ ਪਹੁੰਚਣ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਫਿਰੋਜ਼ਪੁਰ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸੰਗਠਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਸਾਂਝੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ 11ਵਾਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ

ਫਿਰੋਜ਼ਪੁਰ, (ਲੋਕ ਬਾਣੀ) ਫਿਰੋਜ਼ਪੁਰ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸੰਗਠਨਾਂ ਵੱਲੋਂ 'ਇੱਕ ਧਰਤੀ, ਇੱਕ ਸਿਹਤ ਲਈ ਯੋਗ' ਥੀਮ ਤਹਿਤ ਸਾਂਝੇ ਤੌਰ 'ਤੇ 11ਵਾਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਬੜੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਅਤੇ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਨਾਲ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ। ਇਸ ਸਮਾਗਮ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਨਹਿਰੂ ਯੁਵਾ ਕੇਂਦਰ ਵੱਲੋਂ ਮਯੰਕ ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ, ਆਰਟ ਆਫ਼ ਲਿਵਿੰਗ, ਸਕਾਊਟਸ ਐਂਡ ਗਾਈਡਜ਼, ਫਿਰੋਜ਼ਪੁਰ ਅਤੇ ਦੇਵ ਸਮਾਜ ਮਾਡਲ ਸੀਨੀਅਰ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਐਨਵਾਈਕੇ, ਮਨੀਸ਼ਾ ਨੇ ਕੀਤੀ। ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਚਰਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸਮਾਗਮ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸ਼ਖਸੀਅਤਾਂ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਯੰਕ

ਫਾਊਂਡੇਸ਼ਨ ਦੇ ਸਕੱਤਰ ਰਾਜੀਵ ਸੇਤੀਆ,ਦੇਵ ਸਮਾਜ ਮਾਡਲ ਸਕੂਲ, ਫਿਰੋਜ਼ਪੁਰ ਦੀ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਸੁਨੀਤਾ ਰੰਗਬੂਲਾ ,ਆਰਟ ਆਫ਼ ਲਿਵਿੰਗ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀ ਸ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਸੇਤੀਆ,ਸਕਾਊਟਸ ਫਿਰੋਜ਼ਪੁਰ ਦੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸੰਗਠਨ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਚਰਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਚਾਹਲ ,ਸਕਾਊਟਸ ਫਿਰੋਜ਼ਪੁਰ ਦੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿਖਲਾਈ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਜਸਵਿੰਦਰ ਪਾਲ ਸਿੰਘ ,ਦਿੱਲੀ ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਇੰਦੂ ਸੇਤੀਆ ਅਤੇ ਆਰਐਸਡੀ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਵੀਰਪਾਲ ਕੌਰ ਸ਼ਾਮਲ ਸਨ। ਨੌਜਵਾਨਾਂ, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅਤੇ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੇ ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਾਲ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਯੋਗ ਆਸਣ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਣਾਯਾਮ ਅਭਿਆਸ ਕੀਤੇ। ਸਮੂਹਿਕ ਯਤਨਾਂ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ ਅਤੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਸਿਹਤ ਲਈ ਯੋਗ ਦੇ ਫਾਇਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਫੈਲਾਉਣਾ ਸੀ। ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਸਮਾਪਨ ਸਾਰੇ ਸਹਿਯੋਗੀ ਸੰਗਠਨਾਂ ਅਤੇ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਦੇ ਧੰਨਵਾਦ ਅਤੇ ਯੋਗ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਵਜੋਂ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਦੇ ਵਾਅਦੇ ਨਾਲ ਹੋਈ।

ਰੂਸੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਪੁਤਿਨ ਦੀ ਵਕਾਲਤ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਭਾਰਤ ਦੇ ਵਧਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦਾ ਸਬੂਤ: ਪ੍ਰੋ. ਸਰਚਾਂਦ ਸਿੰਘ ਖਿਆਲਾ

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ, (ਲੋਕ ਬਾਣੀ) ਭਾਜਪਾ ਦੇ ਸੂਬਾ ਬੁਲਾਰੇ ਪ੍ਰੋ. ਸਰਚਾਂਦ ਸਿੰਘ ਖਿਆਲਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਰੂਸੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਵਲਾਦੀਮੀਰ ਪੁਤਿਨ ਵੱਲੋਂ ਭਾਰਤ ਅਤੇ ਚੀਨ ਨਾਲ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਲਈ ਮਾਸਕੋ ਦੀ ਕਾਰਜ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਜਲਦੀ ਅੰਤਿਮ ਰੂਪ ਦੇਣ ਦੀ ਵਕਾਲਤ ਅਤੇ ਰੂਸ ਦਾ ਚੀਨ ਨਾਲ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਬਹੁ-ਧਰੁਵੀ ਵਿਸ਼ਵ ਵਿਵਸਥਾ ਬਣਾਉਣ ਤੋਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਇਨਕਾਰ ਇਹ ਸਾਬਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਭਾਰਤੀ ਕੂਟਨੀਤੀ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਪਿਛਲੀਆਂ ਸਾਰਿਆਂ ਦੀ ਤੁਲਣਾ 'ਚ ਵਧੇਰੇ ਵਿਹਾਰਕ ਅਤੇ ਦੂਰਦਰਸ਼ੀ ਸਾਬਤ ਹੋਈ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਇਹ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਦੇ ਵਧਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਦਾ ਵੀ ਸਬੂਤ ਹੈ ਅਤੇ ਹੁਣ ਕੂਟਨੀਤੀ ਵਿੱਚ ਚੀਨ ਨੂੰ ਸ਼ੀਸ਼ਾ ਦਿਖਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਪ੍ਰੋ. ਸਰਚਾਂਦ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੇਂਟ ਪੀਟਰਸਬਰਗ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਇਕਨਾਮਿਕ ਫੋਰਮ (♥♦956) 2025 ਵਿੱਚ ਰੂਸੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਪੁਤਿਨ ਦਾ ਭਾਰਤ ਪ੍ਰਤੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਮਜ਼ਬੂਤ ਸਰਕਾਰ, ਭਾਰਤ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਆਰਥਿਕ ਅਤੇ ਫੌਜੀ ਸ਼ਕਤੀ, ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰ ਭਾਰਤ ਅਤੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿਆਪਕ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਵਿਸ਼ਵ ਰਾਜਨੀਤੀ ਨੂੰ ਆਕਾਰ ਦੇਣ ਦੀ ਭਾਰਤ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਦੀ

ਮਾਨਤਾ ਹੈ। ਰੂਸ ਨਾਲ ਭਾਰਤ ਦੇ ਸਬੰਧ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਚੰਗੇ ਰਹੇ ਹਨ, ਰੂਸ ਭਾਰਤ ਦਾ ਇੱਕ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਰਣਨੀਤਕ ਭਾਈਵਾਲ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਲਈ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਨੂੰ ਰੂਸ ਦੇ ਸਰਵਉੱਚ ਨਾਗਰਿਕ ਸਨਮਾਨ 'ਆਰਡਰ ਆਫ਼ ਸੇਂਟ ਐਂਡਰਿਊ ਦ ਅਪੋਸਟਲ' ਨਾਲ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਚੁਕਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰੋ. ਸਰਚਾਂਦ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਰੂਸ ਨੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਭਾਰਤ ਦੀਆਂ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਤਰਜੀਹਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪਾਕਿਸਤਾਨ-ਪ੍ਰਯੋਜਿਤ ਅੱਤਵਾਦ ਵਿਰੁੱਧ ਹਮੇਸ਼ਾ ਭਾਰਤ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਆਪਣੀ ਰਣਨੀਤਕ ਖੁਦਮੁਖਤਿਆਰੀ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹੈ ਅਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਹਿੱਤ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ 'ਤੇ ਵੱਡੇ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟਾਂ ਨੂੰ ਅੰਤਿਮ ਰੂਪ ਦੇਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਰੂਸ-ਯੂਕਰੇਨ ਯੁੱਧ ਲਈ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਭਾਰਤ ਦੁਆਰਾ ਰੂਸ ਤੋਂ ਸਸਤਾ ਈਂਧਨ ਖਰੀਦਣ ਤੋਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ।ਅੱਜ ਭਾਰਤ ਹਰ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸਨੇ ਰੱਖਿਆ ਉਪਕਰਣਾਂ ਦੇ ਖਪਤਕਾਰ ਦੀ ਬਜਾਏ ਇੱਕ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਵਿਸ਼ਵਵਿਆਪੀ ਰੱਖਿਆ ਉਪਕਰਣ ਨਿਰਮਾਤਾ ਵਜੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਥਾਪਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰੋ. ਸਰਚਾਂਦ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੁਤਿਨ ਦਾ ਵਪਾਰਕ ਏਜੰਡਾ ਭਾਰਤ ਨਾਲ ਵਪਾਰਕ ਨੈੱਟਵਰਕ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵਧਾਉਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ 'ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਹੈ। ਆਰਥਿਕ, ਵਪਾਰ, ਰੱਖਿਆ ਸਹਿਯੋਗ ਅਤੇ ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਊਰਜਾ 'ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸਮਝੌਤਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ, ਦੋਵਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਤਰੱਕੀ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਰੂਸ ਦੇ ਤੇਲ ਅਤੇ ਗੈਸ ਆਯਾਤ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਭਾਈਵਾਲ ਹੈ। ਹੁਣ, ਇਹ ਭਾਰਤੀ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਲਈ ਖੇਤੀਬਾੜੀ, ਫਾਰਮਾਸਿਊਟੀਕਲ, ਲੌਜਿਸਟਿਕਸ, ਆਵਾਜਾਈ, ਬੁਨਿਆਦੀ ਢਾਂਚਾ ਵਿਕਾਸ, ਰੇਲਵੇ ਆਧੁਨਿਕੀਕਰਨ, ਸੂਚਨਾ ਤਕਨਾਲੋਜੀ, ਆਰਟੀਫੀਸ਼ੀਅਲ ਇੰਟੈਲੀਜੈਂਸ, ਜਹਾਜ਼ ਨਿਰਮਾਣ, ਮਾਈਨਿੰਗ, ਸੈਰ-ਸਪਾਟਾ ਵਰਗੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਦਾ ਰਾਹ ਪੱਧਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਭਾਰਤ-ਰੂਸ ਸਹਿਯੋਗ ਵਧਾਉਣ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦੋਵਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਕਾਰੋਬਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਉੱਦਮੀਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਮੌਕਾ ਹੈ। ਰੂਸ-ਭਾਰਤ ਵਪਾਰ ਨੇ 2024 ਵਿੱਚ 21% ਦੀ ਵਾਧਾ ਦਰਜ ਕੀਤਾ, ਜੋ ਕਿ 70.6 ਬਿਲੀਅਨ ਡਾਲਰ ਦੇ ਰਿਕਾਰਡ ਉੱਚੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ।

ਲਵਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਢਿੱਲੋਂ ਦੇ ਅੰਤਮ ਸੰਸਕਾਰ ਤੇ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਧਾਰਮਿਕ ਅਤੇ ਪੰਥਕ ਸ਼ਖਸ਼ੀਅਤਾਂ ਪੁੱਜੀਆਂ

ਸਮੁੱਚਾ ਪੱਤਰਕਾਰ ਭਾਈਚਾਰਾ ਅੰਤਮ ਅਰਦਾਸ ਵਿੱਚ ਪੁੱਜਾ

ਪੱਟੀ(ਹੈਪੀ ਸਭਰਾਂ)
ਪਿੰਡ ਬਲੇਹਰ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨ ਲਵਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਢਿੱਲੋਂ ਜਿਨਾਂ ਦੀ ਬੀਤੇ ਕੁਝ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਬੇਵਕਤੀ ਮੋਤ ਹੋ ਗਈ ਸੀ ⇩ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਆਤਮਾ ਦੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਲਈ ਪਰਸੋ ਤੋਂ ਓਹਨਾ ਦੇ ਗ੍ਰਹਿ ਪਿੰਡ ਬਲੇਹਰ ਵਿਖੇ ਰੱਖੇ ਸ਼੍ਰੀ ਆਖੰਡ ਪਾਠ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਭੋਗ ਪਾਏ ਗਏ ⇩ ਉਪਰੰਤ ਰਾਗੀ ਜੱਥੇ ਵੱਲੋਂ ਵੈਰਾਗਮਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦਾ ਕੀਰਤਨ ਸਰਵਣ ਕਰਵਾਇਆ ⇩ ਇਸ ਅੰਤਮ ਸਮਾਗਮ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਰਾਜਨੀਤਿਕ, ਧਾਰਮਿਕ,ਸਮਾਜਿਕ,ਪੰਥਕ ਅਤੇ ਪੱਤਰਕਾਰ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੇ ਹਾਜਰੀ ਭਰੀ ਅਤੇ ਵਿਛੜੀ ਰੂਹ ਨੂੰ ਸ਼ਰਧਾ ਦੇ ਫੁੱਲ ਭੇਂਟ ਕੀਤੇ ⇩ ਅੰਤਮ ਅਰਦਾਸ ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਪੁੱਜੇ ਭਾਰਤੀ ਜਨਤਾ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਸੀਨੀਅਰ ਆਗੂ ਸਿਤਾਰਾ ਸਿੰਘ ਡਲੀਰੀ, ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਦੇ ਯੂਥ ਆਗੂ ਗੌਰਵਦੀਪ ਸਿੰਘ ਵਲਟੋਹਾ, ਖੇਮਕਰਨ ਦੀ ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਦੀ ਹਲਕਾ ਵਿਧਾਇਕ ਸਰਵਨ ਸਿੰਘ ਧੁੰਨ, ਹਲਕਾ ਖੇਮਕਰਨ ਦੇ ਸਾਬਕਾ ਕਾਂਗਰਸੀ ਵਿਧਾਇਕ ਸੁਖਪਾਲ ਸਿੰਘ ਭੁੱਲਰ , ਸਾਬਕਾ ਚੇਅਰਮੈਨ ਰਾਜ

ਸਿੰਘ ਸੰਧੂ ਪਹੂਵਿੰਡ , ਦਿਲਬਾਗ ਸਿੰਘ ਸਰਪੰਚ ਸਿੱਧਵਾਂ, ਸਰਪੰਚ ਬੋਹੜ ਸਿੰਘ ਬਲੇਰ, ਦਲਵੀਰ ਸਿੰਘ ਅਲਗੋ ਬੀਜੇਪੀ ਆਗੂ , ਸਰਪੰਚ ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ, ਚਮਕੌਰ ਸਿੰਘ ਬੈਂਕਾ, ਕਰਤਾਰ ਸਿੰਘ ਨੰਬਰਦਾਰ, ਪੱਤਰਕਾਰ ਯੂਨੀਅਨ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਪ੍ਰਧਾਨ ਜਸਵੀਰ ਸਿੰਘ ਪੱਟੀ, ਸੁਖਪਾਲ ਸਿੰਘ ਗਾਬੜੀਆ, ਠਾਕੁਰ ਪ੍ਰਸ਼ਾਦ ਖਾਲੜਾ,ਸਾਬਕਾ ਸਰਪੰਚ ਅਮਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਪਹੂਵਿੰਡ ,ਸਾਬਕਾ ਸਰਪੰਚ ਗੁਰਸੇਵਕ ਸਿੰਘ ਬੱਬੂ ਮਾੜੀ ਮੇਘਾ, ਚੈਅਰਮੈਨ ਵਰਿੰਦਰਬੀਰ ਸਿੰਘ ਵਿੰਦਾ ਕਾਜੀ ਚੱਕ , ਗੋਲਡੀ ਸੰਧੂ ਟਰਾਂਸਪੋਰਟਰ ਡਲੀਰੀ ਵਾਲੇ, ਹਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ, ਅਤੇ ਸਮੂਹ ਪੱਤਰਕਾਰ ਭਾਈਚਾਰਾ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸੰਦੀਪ ਉੱਪਲ , ਸਰਬਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸ਼ੀਨਾ, ਚਾਨਣ ਸਿੰਘ ਮਾੜੀ ਮੇਘ, ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਸੈਡੀ,ਹੈਪੀ ਸਭਰਾ ,ਮਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਜਸਬੀਰ ਸਿੰਘ ਦੂਬਲੀ ਝਬਾਲ ,,ਹੈਪੀ ਦਿੱਲੀ ਵਾਲੇ , ਜਗਜੀਤ ਸਿੰਘ ਡੱਲ ,ਸੁਰਿੰਦਰ ਕੁਮਾਰ ਨੀਟੂ ਅਰੋੜਾ, ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ,ਰਾਜਨ ਚੌਪੜਾ, ਬੌਬੀ ਭਿੱਖੀਵਿੰਡ,ਅਮਨ ਸੰਧੂ ,ਸੁਖਚੈਨ ਭੁੱਲਰ ,ਰਣਜੀਤ ਬੱਬੂ ਭਿੱਖੀਵਿੰਡ ,ਅਮਨ ਪੱਪੀ,ਆਦਿ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਸੰਗਤਾਂ ਇਸ ਅੰਤਮ ਅਰਦਾਸ ਵਿੱਚ ਪੁੱਜੀਆਂ ⇩ ਪਿਤਾ ਕੁਲਵੰਤ ਸਿੰਘ,ਚਾਚਾ ਸਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਬਲੇਹਰ ਨੇ ਅੰਤਮ ਅਰਦਾਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਸੰਗਤਾ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ

ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਕਚਹਿਰੀਆਂ, ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਵਿਖੇ 11ਵਾਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗਾ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ

ਯੋਗਾ ਇੱਕ ਸੰਪੂਰਨ ਕਸਰਤ ਹੈ ਜੋ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਨਿਰੋਗ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ - ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਜੱਜ

ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ,-(ਜਸਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ)- ਮਾਨਯੋਗ ਪੰਜਾਬ ਅਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਹਾਈਕੋਰਟ, ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਦੀਆਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਮੁਤਾਬਿਕ ਅਤੇ ਮਾਨਯੋਗ ਮੈਂਬਰ ਸਕੱਤਰ, ਪੰਜਾਬ ਰਾਜ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਥਾਰਿਟੀ, ਐੱਸ.ਏ.ਐੱਸ. ਨਗਰ ਦੇ ਦਿਸ਼ਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਤਹਿਤ ਸ੍ਰੀ ਦਿਲਬਾਗ ਸਿੰਘ ਜੌਹਲ, ਮਾਨਯੋਗ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਅਤੇ ਸੈਸ਼ਨ ਜੱਜ-ਕਮ-ਚੇਅਰਮੈਨ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਥਾਰਿਟੀ, ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਦੀ ਰਹਿਨੁਮਾਈ ਹੇਠ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਥਾਰਿਟੀ, ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਵੱਲੋਂ ਅੱਜ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਕਚਹਿਰੀਆਂ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਵਿੱਚ 11ਵਾਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗਾ ਦਿਵਸ-2025 ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ। ਇਹ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗਾ ਦਿਵਸ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ, ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਦੇ ਤਾਲ ਮੇਲ ਨਾਲ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ। ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗਾ ਦਿਵਸ ਮੌਕੇ ਸ੍ਰੀ ਪ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਜੱਜ (ਫੈਮਲੀ ਕੋਰਟ), ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ, ਸ੍ਰੀ ਰਵੀ ਗੁਲਾਟੀ ਅਤੇ ਸ੍ਰੀ ਰੰਜੀਵਪਾਲ ਸਿੰਘ ਚੀਮਾ, ਵਧੀਕ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਅਤੇ ਸੈਸ਼ਨਜ਼ ਜੱਜ, ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ, ਮਿਸ ਸੁਰੇਖਾ ਡੱਡਵਾਲ, ਚੀਫ਼ ਜੁਡੀਸ਼ੀਅਲ ਮੈਜਿਸਟਰੇਟ, ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ, ਸ੍ਰੀ ਵਿਜੇ ਸਿੰਘ ਡੱਡਵਾਲ, ਸ੍ਰੀ ਜੋਗਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਸ੍ਰੀ ਚੰਦਨ ਹੰਸ, ਸਿਵਲ ਜੱਜ (ਜੂਨੀਅਰ ਡਵੀਜ਼ਨ), ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਜੁਡੀਸ਼ੀਅਲ ਸਟਾਫ਼ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਸੀ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਸੀ.ਐੱਮ. ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਦੇ ਮਾਹਿਰ ਯੋਗਾ ਟਰੇਨਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਯੋਗ ਸੈਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਯੋਗਾ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਆਸਣਾਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ ਅਤੇ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਆਸਣਾਂ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਬਾਰੇ ਵਿਸਥਾਰ ਵਿੱਚ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ। ਯੋਗ ਮਾਹਿਰਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੋਗਾ ਤੰਦਰੁਸਤ ਜੀਵਨ ਦਾ ਅਧਾਰ ਹੈ ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਯੋਗਾ ਆਪਣੀ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਸ੍ਰੀ ਪ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ, ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਜੱਜ (ਫੈਮਲੀ ਕੋਰਟ), ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਨੇ ਯੋਗਾ ਦਿਵਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗਾ ਦਿਵਸ ਹਰ ਸਾਲ 21 ਜੂਨ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੋਗ ਸਾਡੇ ਰਿਸ਼ੀ ਮੁਨੀਆਂ ਦੀ ਤਪੱਸਿਆ ਦੁਆਰਾ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਸੰਪੂਰਨ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਲਈ ਲੱਭੀ ਗਈ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਪੱਧਤੀ ਹੈ। ਯੋਗਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਸੰਪੂਰਨ ਵਿਕਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਇਕਾਗਰਤਾ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖ ਵਿੱਚ ਸਕਾਰਾਤਮਿਕ ਵਿਅਕਤੀਤਵ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੋਗਾ ਭਾਰਤ ਦੀ ਅਮੀਰ ਵਿਰਾਸਤ ਹੈ ਅਤੇ ਯੋਗਾ ਵਿੱਚ ਸਾਰੀ ਮਨੁੱਖ ਜਾਤੀ ਨੂੰ ਇੱਕਜੁੱਟ ਕਰਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੋਗਾ ਇੱਕ ਸੰਪੂਰਨ ਕਸਰਤ ਹੈ, ਜੋ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਨਿਰੋਗ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਵਿਸ਼ਵ ਯੋਗਾ ਦਿਵਸ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਯੋਗਾ ਦੇ ਲਾਭਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਮਾਨਯੋਗ ਜੱਜ ਸਾਹਿਬਾਨ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸੰਬੋਧਨ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਕਿ ਯੋਗਾ ਨੂੰ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਅਪਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਅਸੀਂ ਨਿਰੋਗੀ ਜੀਵਨ ਬਸਰ ਕਰ ਸਕੀਏ। ਅਖੀਰ ਵਿੱਚ ਮਾਨਯੋਗ ਜੱਜ ਸਾਹਿਬਾਨ ਨੇ ਯੋਗਾ ਇੰਸਟਰਕਟਰ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਈ ਹੋਈ ਟੀਮ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ।

ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਵੱਲੋਂ ਨਹਿਰੀ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟਾਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤੀ ਗਈ

ਬਰਨਾਲਾ, (ਲੋਕ ਬਾਣੀ) ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਧਰਤੀ ਹੇਠਲੇ ਘੱਟ ਰਹੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਨਹਿਰੀ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਨਹਿਰੀ ਪਾਣੀ ਟੇਲ ਐਂਡ ਪਿੰਡਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ । ਨਾਲ ਹੀ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਨਹਿਰਾਂ, ਰਜਵਾਹੇ, ਕੱਸੀਆਂ ਆਦਿ ਦੀ ਸਫਾਈ, ਮੁਰੰਮਤ ਅਤੇ ਕੰਕਰੀਟ ਲਾਈਨਿੰਗ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਪਾਣੀ ਦਾ ਵਹਾਅ ਹੁਣ ਵੱਧ ਹੈ ਅਤੇ ਟੇਲ ਐਂਡ ਉੱਤੇ ਬੈਠੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਤੱਕ ਵੀ ਸਿੰਜਾਈ ਲਈ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਪਹੁੰਚ ਰਹੀ ਹੈ।

ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਬਰਨਾਲਾ ਸ਼੍ਰੀ ਟੀ ਬੈਨਿਥ ਨੇ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਪਿੰਡ ਦਰਾਜ ਅਤੇ ਸੁਖਪੁਰਾ ਮੌਰ ਵਿਖੇ ਨਹਿਰ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੇ ਗੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਦਿਆਂ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਨਹਿਰੀ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਸਹਿਣਾ ਮਾਈਨਰ ਰਾਹੀਂ ਪਿੰਡ ਦਰਾਜ ਵਿਖੇ ਪਾਣੀ ਮੁਹਈਆ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਢਿਲਵਾਂ ਮਾਈਨਰ ਰਾਹੀਂ ਪਿੰਡ ਸੁਖਪੁਰਾ ਮੌਰ ਵਿਖੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਸਿੰਜਾਈ ਲਈ ਪਾਣੀ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹੁਣ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਿੰਜਾਈ ਲਈ ਪਾਣੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਪਹਿਲਾਂ ਦਿੱਕਤ ਆ ਰਹੀ ਸੀ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨਾਲ ਗਤਬਾਤ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਰਿਆ ਕਿ ਉਹ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੀ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਹੀ ਫ਼ਸਲਾਂ ਦੀ ਕਾਸ਼ਤ ਕਰਨ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਨਹਿਰੀ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਐਕ੍ਸ ਈ ਐਨ ਸ਼੍ਰੀ ਹਰਸ਼ਾਂਤ ਅਤੇ ਹੋਰ ਅਫਸਰ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪੱਧਰੀ 11 ਵਾਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗਾ ਦਿਵਸ ਸਮਾਗਮ ਬਹੁਮੰਤਵੀ ਖੇਡ ਸਟੇਡੀਅਮ, ਸੈਕਟਰ- 78 ਵਿਖੇ ਪੂਰੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਾਲ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ

ਮੋਹਾਲੀ, (ਲੋਕ ਬਾਣੀ)–

ਪੰਜਾਬ, ਦੇਸ਼ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਅਜਿਹਾ ਸੂਬਾ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਅੱਜ ਮੋਹਾਲੀ ਸਮੇਤ ਸਾਰੇ 23 ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ, ਬਲਾਕਾਂ, ਪਿੰਡਾਂ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਸਮਾਗਮ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਬਹੁਤ ਪੂਰੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਾਲ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ।

ਸਾਹਿਬਜ਼ਾਦਾ ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਨਗਰ (ਮੋਹਾਲੀ) ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚ 33 ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਮਨਾਏ ਗਏ ਯੋਗਾ ਦਿਵਸ ਸਮਾਗਮਾਂ ਵਿੱਚ 12210 ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਲਿਆ ਭਾਗ ਲਿਆ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਯੋਗ ਸਮਾਗਮਾਂ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਸੀ ਐਮ ਦੀ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰਾਂ ਅਤੇ ਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਦੇ ਟ੍ਰੇਨਰਾਂ ਨੇ ਵੀ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ ਮੋਹਾਲੀ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਦੀ ਸਰਪ੍ਰਸਤੀ ਹੇਠ, ਆਯੁਰਵੈਦਾ ਅਤੇ ਯੂਨਾਨੀ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਪ੍ਰਤਿਮਾ ਡਾਵਰ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਹੇਠ ਮੋਹਾਲੀ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਸੈਕਟਰ–78, ਸੈਕਟਰ–79, ਸੈਕਟਰ–81, ਸੈਕਟਰ– 66 ਨਸ਼ਾ ਛੁਡਾਊ ਅਤੇ ਮੁੜ ਵਸੇਬਾ ਕੇਂਦਰ ਅਤੇ ਖਰੜ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਬਲਾਕਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ, ਖਰੜ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਰਾਮਲੀਲਾ ਹਾਲ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਬਹੁਤ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਾਲ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਖਰੜ ਦੇ ਐਸ ਡੀ ਐਮ ਦਿਵਿਆ ਪੀ ਵੱਲੋਂ ਵੀ ਯੋਗਾ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਦੀ ਵਧਾਈ ਦਿੱਤੀ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕੁਰਾਲੀ ਦੇ ਸਵਾਮੀ ਜੀ ਪਾਰਕ, ਪਿੰਡ ਕਾਲੇਵਾਲ, ਪਿੰਡ ਰੁੜਕੀ ਪੁਖਤਾ ਅਤੇ ਖਰੜ ਦੇ ਸੈਕਟਰ–125, ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜ਼ਨ ਹਾਲ ਅਤੇ ਖਰੜ ਦੇ ਵੈਸਟਰਨ ਟਾਵਰ ਸੋਸਾਇਟੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ। ਨਯਾਗਾਓਂ ਦੇ ਪਿੰਡ ਨਾਡਾ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਨਿਊ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਈਕੋਸਿਟੀ ਅਤੇ ਓਮੈਕਸ ਅੰਬਿਕਾ ਵਿੱਚ ਵੀ 11ਵਾਂ ਅੰਤਰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ।

ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਕੁਆਰਡੀਨੇਟਰ ਪ੍ਰਤਿਮਾ ਡਾਵਰ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਜ਼ੀਰਕਪੁਰ ਵਿੱਚ ਐਰੋਵਿਸਟਾ, ਕ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਐਨਕਲੇਵ, ਹਾਈਲੈਂਡ ਸੋਸਾਇਟੀ, ਗ੍ਰੀਨ ਲੋਟਸ ਸੋਸਾਇਟੀ, ਜਰਨੈਲ ਸਿੰਘ ਦੌਲਤ ਪਾਰਕ, ਰਾਇਲ ਮੋਤੀਆਜ਼, ਢਕੋਲੀ ਪਿੰਡ, ਗੋਲਡਨ ਸੈਂਡ ਸੋਸਾਇਟੀ, ਅਲਟੂਰਾ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ ਨਾਗਲਾ ਰੋਡ, ਸਵਾਸਤਿਕ ਵਿਹਾਰ, ਮੈਕਸਕਸ ਸੋਸਾਇਟੀ, ਬਾਲੀਵੁੱਡ ਸੋਸਾਇਟੀ ਵਿੱਚ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਬਹੁਤ ਧੂਮਧਾਮ ਨਾਲ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਜ਼ੀਰਕਪੁਰ ਦੇ ਵਿਧਾਇਕ ਕੁਲਜੀਤ ਸਿੰਘ ਰੰਧਾਵਾ ਨੇ ਵੀ ਯੋਗਾ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਬਾਲੀਵੁੱਡ ਸੋਸਾਇਟੀ ਅਤੇ ਅਲਟੂਰਾ ਸੋਸਾਇਟੀ ਵਿੱਚ ਗਏ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਯੋਗਾ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕੀਤਾ। ਯੋਗਾ ਦਿਵਸ ਮੌਕੇ ਬਲਾਕ ਡੇਰਾਬੱਸੀ ਵਿੱਚ, ਰਾਮਪੁਰ ਸੈਣੀਆਂ, ਫੋਰੈਸਟ ਪਾਰਕ, ਗੁਲਮੋਹਰ ਸਿਟੀ ਐਕਸਟੈਂਸ਼ਨ, ਅਤੇ ਪਿੰਡ ਬਾਕਰਪੁਰ, ਹੰਮਾਯੂਪੁਰ, ਖਾਰ ਗੁੱਜਰਾਂ, ਪਿੰਡ ਕਾਲੇਵਾਲ ਅਤੇ ਬੀਡੀਪੀਓ ਦਫ਼ਤਰ ਡੇਰਾਬੱਸੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ।

*ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਬਹੁਮੰਤਵੀ ਖੇਡ ਸਟੇਡੀਅਮ, ਸੈਕਟਰ–78 ਵਿਖੇ ਮਨਾਏ ਗਏ 11 ਵੇਂ ਅੰਤਰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਮੌਕੇ ਐਸ ਡੀ ਐਮ ਮੋਹਾਲੀ, ਦਮਨਦੀਪ ਕੌਰ, ਡੀ ਐਸ ਪੀ, ਹਰਸਿਮਰਨ ਸਿੰਘ ਬੱਲ, ਡਾਇਰੈਕਟਰ, ਆਯੂਰਵੈਦਿਕ ਡਾ ਰਵੀ ਡੋਗਰਾ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਆਯੂਰਵੈਦਿਕ ਅਤੇ ਯੂਨਾਨੀ ਅਫਸਰ, ਡਾ ਸਰਬਜੀਤ ਕੌਰ, ਨਾਇਬ ਤਹਿਸੀਲਦਾਰ ਮੋਹਾਲੀ ਹਰਜੋਤ ਸਿੰਘ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਖੇਡ ਅਫਸਰ ਰੁਪੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ ਬੇਗੜਾ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਯੋਗਾ ਕੁਆਰਡੀਨੇਟਰ ਪ੍ਰਤਿਮਾ ਡਾਵਰ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਸ਼ਹਿਰ ਨਿਵਾਸੀ ਅਤੇ ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜਨ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

ਸਿਵਿਲ ਡਿਫੈਂਸ ਬਰਨਾਲਾ ਟੀਮ ਨੇ ਯੋਗ ਦਿਵਸ ਮਨਾਇਆ

ਬਰਨਾਲਾ, (ਲੋਕ ਬਾਣੀ) ਸਿਵਿਲ ਡਿਫੈਂਸ ਬਰਨਾਲਾ ਵਲੋਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗਾ ਦਿਵਸ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਸੁਖੀ ਅਤੇ ਸਾਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਨਿਰੋਗੀ ਮਿਸ਼ਨ ਤਹਿਤ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਰਾਮਬਾਗ ਦੇ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਹਾਲ ਵਿੱਚ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਵਜੋਂ ਨਾਇਬ ਤਹਿਸੀਲਦਾਰ ਅਸ਼ਵਨੀ ਜੈਨ ਪੁੱਜੇ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਓਹਨਾ ਨਾਲ ਸਿਵਲ ਡਿਫੈਂਸ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਸ਼੍ਰੀ ਕੁਲਵੀਰ ਸ਼ਰਮਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏ ਜਿਹਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਸਿਵਿਲ ਡਿਫੈਂਸ ਦੇ ਕਰੀਬ 80 ਵਾਰਡਨਾਂ ਨੂੰ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਦੇ ਕੇ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਯੋਗਾਚਾਰੀਆ ਸੰਗੀਤ ਮੋਹਿੰਦਰ ਨੇ ਹਾਜ਼ਰ ਸਿਵਿਲ ਡਿਫੈਂਸ ਵਾਰਡਨਾਂ ਨੂੰ ਯੋਗ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਾਇਆ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਣਾਯਾਮ ਦੇ ਗੁਰ ਦੱਸੇ।

ਸਿਵਿਲ ਡਿਫੈਂਸ ਟੀਮ ਦੇ ਚੀਫ ਵਾਰਡਨ ਮਹਿੰਦਰ ਕਪਿਲ ਨੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯੋਗਾ ਦਿਵਸ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਅਤੇ ਸਦੀਆਂ ਤੋਂ ਰਿਸ਼ੀਆਂ ਮੁਨੀਆਂ ਰਾਹੀਂ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਯੋਗ ਬਾਰੇ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾਇਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਸਿਵਿਲ ਡਿਫੈਂਸ ਦੇ ਡਿਪਟੀ ਚੀਫ਼ ਵਾਰਡਨ ਸੰਜੀਵ ਕੁਮਾਰ, ਪੋਸਟ ਵਾਰਡਨ ਚਰਨਜੀਤ ਕੁਮਾਰ ਮਿੱਤਲ, ਅਸ਼ੋਕ ਕੁਮਾਰ ਸ਼ਰਮਾ, ਮੈਡਮ ਅਰਚਨਾ ਸ਼ਰਮਾ, ਅਖਿਲੇਸ਼ ਬਾਂਸਲ, ਕਿਸ਼ੋਰ ਕੁਮਾਰ, ਪ੍ਰਮੋਦ ਕੁਮਾਰ, ਡਿਪਟੀ ਪੋਸਟ ਵਾਰਡਨ ਰਜਿੰਦਰ ਕੌਰ ਅਤੇ ਜੁਗਰਾਜ ਸਿੰਘ ਪੰਡੋਰੀ ਨੇ ਸਿਵਲ ਡਿਫੈਂਸ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਸਮਾਰੋਹ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਯੋਗਾਚਾਰੀਆ ਸੰਗੀਤ ਮੋਹਿੰਦਰ ਨੇ ਬੰਸਰੀ 'ਤੇ ਵੰਦੇ ਮਾਤਰਮ ਦੀ ਧੁਨ ਵਜਾ ਕੇ ਕੀਤੀ।