ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਅਖ਼ਬਾਰ ਅਤੇ ਟੀ.ਵੀ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ
ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ +91 81463 20009
ਪਟਿਆਲਾ +91 79735 07533

ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ
SANJHI SOCH
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ
ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਪੰਜਾਬੀ ਅਖ਼ਬਾਰ
ਪੰਜਾਬੀਅਤ ਦੀ ਸੋਚ 'ਤੇ ਪਹਿਰਾ

DOWNLOAD THE APP
NOW AVAILABLE ON
24x7
LIVE STREAMING
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਟੀ ਵੀ Mobile App 'ਤੇ ਵੀ ਉਪਲਬਧ

VOL-13 ISSUE 2646 17 November, 2026 Tuesday www.sanjhisoch.com ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ★ ਪੰਜਾਬ ★ ਹਿਮਾਚਲ ★ ਹਰਿਆਣਾ ★ ਦੇਸ ਦੁਨੀਆਂ +1 (209) 303-1260

# ਟਰੰਪ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਵੱਲੋਂ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਆਧਾਰਿਤ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਕਥਿਤ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਸੰਬੰਧੀ ਸਖ਼ਤੀ ਦੇ ਸੰਕੇਤ

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਆਧਾਰਿਤ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਕਥਿਤ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਟਰੰਪ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਨੇ ਸਖ਼ਤੀ ਵਧਾਉਣ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਦਿੱਤੇ ਹਨ। ਐੱਚ-1-ਬੀ ਵੀਜ਼ਾ ਅਤੇ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਆਧਾਰਿਤ ਗ੍ਰੀਨ ਕਾਰਡ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿਚ ਗੜਬੜੀ ਦੇ ਦੋਸ਼ਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦਾ ਘੇਰਾ ਹੁਣ ਹੋਰ ਕੰਪਨੀਆਂ ਅਤੇ ਵਿਦਿਅਕ ਅਦਾਰਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਮਰੀਕੀ ਕਿਰਤ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਐਂਥਨੀ ਡੀ. ਐਸਪੋਸਿਟੋ ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸਥਾਈ ਵਰਕ ਵੀਜ਼ਾ ਕੰਪਨੀਆਂ ਲਈ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਕਾਰੋਬਾਰ ਚਲਾਉਣ ਦਾ ਮਾਧਿਅਮ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਕਿ ਐੱਚ-1-ਬੀ ਵੀਜ਼ਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਉਦੋਂ ਹੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਅਹੁਦੇ ਲਈ ਯੋਗ ਅਤੇ ਇੱਛੁਕ ਅਮਰੀਕੀ ਕਰਮਚਾਰੀ ਉਪਲੱਬਧ ਨਾ ਹੋਵੇ।

ਇਕ ਇੰਟਰਵਿਊ 'ਚ ਡੀ. ਐਸਪੋਸਿਟੋ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਐੱਚ-1ਬੀ ਵੀਜ਼ਾ ਵਿਵਸਥਾ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅਹੁਦਿਆਂ ਲਈ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਪ੍ਰਤਿਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮੌਕਾ ਦੇਣਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਭਰਨ ਲਈ ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਢੁੱਕਵੇਂ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਰਹੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕੰਪਨੀਆਂ ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਨਿਯਮਤ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਮਾਡਲ ਵਾਂਗ ਨਹੀਂ ਵਰਤ ਸਕਦੀਆਂ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਮੁਤਾਬਕ, ਇਹ ਕਾਰਵਾਈ ਪ੍ਰਵਾਸ ਵਿਰੋਧੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਅਮਰੀਕੀ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੇ ਹਿੱਤਾਂ ਦੀ ਰਾਖੀ ਲਈ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚ ਪ੍ਰਤਿਭਾਸ਼ਾਲੀ ਅਤੇ ਯੋਗ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਕਮੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਘਰੇਲੂ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਮਿਲਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਇਹ ਬਿਆਨ ਅਜਿਹੇ ਸਮੇਂ ਆਇਆ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਟਰੰਪ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਆਧਾਰਿਤ ਗ੍ਰੀਨ ਕਾਰਡ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿਚ ਕਥਿਤ ਗੜਬੜੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅਕਤੂਬਰ ਵਿਚ ਮਾਈਕ੍ਰੋਸਾਫਟ, ਅਡੋਬ ਅਤੇ 6 ਹੋਰ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਤੇ ਆਊਟਸੋਰਸਿੰਗ ਕੰਪਨੀਆਂ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਸਥਾਈ ਕਿਰਤ



ਪ੍ਰਮਾਣੀਕਰਨ (ਪੀ.ਈ.ਆਰ.ਐੱਮ.) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤਹਿਤ ਅਰਜ਼ੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਮੁਅੱਤਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਕਾਗਨੀਜ਼ੈਂਟ, ਇਨਫੋਸਿਸ, ਟਾਟਾ ਕੰਸਲਟੈਂਸੀ ਸਰਵਿਸਿਜ਼, ਵਿਪਰੋ, ਐੱਚ.ਸੀ.ਐੱਲ. ਟੈਕਨਾਲੋਜੀਜ਼ ਅਤੇ ਕੈਪਜੈਮਿਨੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਸ ਕਾਰਵਾਈ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਆਧਾਰਿਤ ਗ੍ਰੀਨ ਕਾਰਡ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਈ ਹੈ।ਅਮਰੀਕੀ ਜਾਂਚ ਏਜੰਸੀਆਂ ਕਥਿਤ ਫ਼ਰਜ਼ੀ ਅਰਜ਼ੀਆਂ, ਤਨਖਾਹ ਵਿਚ ਹੇਰਾਫੇਰੀ, ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਤਨਖਾਹ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਵਾਪਸ ਲੈਣ ਅਤੇ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਵਰਗੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦੀ ਪੜਤਾਲ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਦੋਸ਼ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੇ ਘੱਟ ਤਨਖਾਹ 'ਤੇ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਭਰਤੀ ਕਰ ਕੇ ਅਮਰੀਕੀ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਥਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯੁਕਤ ਕੀਤਾ। ਡੀ. ਐਸਪੋਸਿਟੋ ਨੇ ਸੰਕੇਤ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਜਾਂਚ ਵਿਚ ਹੋਰ ਕੰਪਨੀਆਂ ਅਤੇ ਵਿਦਿਅਕ ਅਦਾਰੇ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਭਰਤੀ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਵਧ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

Jaspreet Singh
Attorney-At-Law
Loan Modification
Bankruptcy, Immigration, Political Asylum, Deportation, Defense, Citizenship, L-1, H-1, Family Law, Divorce
Fremont:
44790 S, GRIMMER BLVD #204, FREMONT, CA 94538
Phone: 510-657-6444, Fax: 510-657-6443
Fresno:
4491 W, Shaw Ave. Suit No. 3008 (Near Costco), Fresno, CA 93722
Phone: 599-271-5511

Law Offices of
Ashwani K.Bhakhri
1299 Bayshore Hwy Suite 208
Burlingame, CA 94010
ਸੜਕ ਹਾਦਸਾ ਹੋਣ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਟਰੱਕ ਨਾਲ ਹਾਦਸਾ ਹੋਣ ਜਾਂ ਕੰਮ ਦੌਰਾਨ ਸੱਟ ਲੱਗਣ 'ਤੇ ਵਰਕਰ ਮੁਆਵਜਾ ਲੈਣ ਲਈ ਵਕੀਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ
ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਕੇਸਾਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਸਾਡੇ ਤੋਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ
(650) 685-6334
(916) 379-9700
(209) 666-4220
Ashwani Kumar Bhakhri
Attorney at Law
www.bhakhrilawfirm.us
bhakhrilawfirm@gmail.com

RE/MAX EXECUTIVE
ਨਵਾਂ ਜਾਂ ਪੁਰਾਣਾ ਘਰ ਖਰੀਦਣ ਜਾਂ ਵੇਚਣ ਲਈ ਅੱਜ ਹੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।
Kirandeep Kaur
Realtor®
ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਹਿੰਦੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ 'ਚ ਵੀ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
Contact : Cell (209) 550-1704
220 - A Standiford Ave, Modesto, CA 95350, kkaur@mycvre.com
EACH OFFICE IS INDEPENDENTLY OWNED AND OPERATED

LAMBA VIDEO
★ Weddings ★ Birthdays ★ Photo Shoots
HD Quality Wedding Videos
Pre Wedding Shoots
Packages fit to your budget
Contact: Barjesh 209-541-0641
Email: lambavideoproduction@yahoo.com

Space available for Ad
Contact #
+1 (209) 303-1260

Mann & Associates Insurance Services, Inc.
Medicare Supplement Plans
• Life • Health • Travel • Medicare • Trucking • ਲਾਈਫ • ਹੈਲਥ • ਟ੍ਰੈਵਲ • ਮੈਡੀਕੇਅਰ • ਟਰੱਕਿੰਗ
• The American Rescue Plan passed by President Biden could save you hundreds or even thousands of dollars a month.
• There is more financial help than ever before
• Even if you didn't qualify for subsidies before, now you might be able to save thousands on health insurance premiums.
• Huge tax credits are available only if you apply thru Covered California
• ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਜੋਅ ਬਾਇਡਨ ਦੁਆਰਾ ਪਾਸ ਕੀਤੀ ਗਈ ਅਮਰੀਕੀ ਬਚਾਅ ਯੋਜਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਡਾਲਰ ਦੀ ਬਚਤ ਕਰਵਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
• ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਬਹੁਤੇ ਵਿੱਤੀ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।
• ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਬਸਿਡੀਆਂ ਲਈ ਯੋਗਤਾ ਪੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਪਰ ਹੁਣ ਤੁਸੀਂ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਪ੍ਰੀਮੀਅਮਾਂ 'ਤੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ।
• ਭਾਰੀ ਟੈਕਸ ਰੈਬਿਟ ਕੈਵਰਡ ਜਾਂ ਹੀ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੇ ਹਨ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਵਰਡ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਦੁਆਰਾ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋ।
Inderjeet Singh Mann
CA Lic# 0H82488
ਹੈਲਥ ਇੰਸੋਰੈਂਸ ਨਾ ਕਰਵਾਉਣ 'ਤੇ ਰੁਹਾਨੂੰ ਜੁਰਮਾਨਾ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਅੱਜ ਹੀ ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਹੈਲਥ ਇੰਸ਼ੋਰੈਂਸ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਇੰਦਰਜੀਤ ਮਾਨ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਜਿਹੜੇ Covered California ਦੇ Certified Agent ਸਨ। ਇੰਦਰਜੀਤ ਮਾਨ ਕੋਲ ਹੈਲਥ ਇੰਸੋਰੈਂਸ ਦਾ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਤਜ਼ਰਬਾ ਹੈ।
Anthem
Certified Insurance Agent
Ph.: (916) 900-2000

COVERED CALIFORNIA
Certified INSURANCE AGENT
Free Confidential Help
Call : Gurcharan Singh Mann
Medicare
Licensed Insurance Agent
CA Lic # 0C70672
CALL TO ENROL
510-557-0061

THE JRP GROUP
A Tradition of Real Estate Excellence
SERVING CALIFORNIA FOR RESIDENTIAL REAL ESTATE NEEDS
ਘਰ ਖਰੀਦਣ ਜਾਂ ਵੇਚਣ ਲਈ ਅੱਜ ਹੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ
Ph: (414) 551-0530
Simranveer Singh
Realtor
The JRP Group
DRE #02114137

Pal Films Production
All Your Photo/Videography & Post Production needs Under One Roof
Music Video | Pre Shoots | Weddings | Birthdays
Graduations | Stage Shows Or Any Kind Of Events
Customize Photobooks (upto 6 feet)
Video Editing VFX/DI/CC & Much More....
Full Photo & Videography studio with Green Screen/Blue Screen
(925) 489-3400, (341) 356-1517
palfilms925@gmail.com www.thepalfilms.com

# JRP REALTY GROUP

A TRADITION OF REAL ESTATE EXCELLENCE

## SERVING CALIFORNIA FOR COMMERCIAL REAL ESTATE NEEDS

Specializing in all Types of Commercial Proprtries

**Gas Stations, Apartments, Commercial Buildings, Liquor stores and Land**

CALL TODAY TO BUY/SELL YOUR REAL ESTATE/ BUSINESS



**Jaswant S.Pannu**
Office: 209-900-1994
Cell: 408-340-0157
jaswantpannu@yahoo.com



**Raman Singh**
Cell: 209-605-6500
Office: 209-213-5811
BRE #10889002

We do commercial loans for businesses, gas stations, lands and commercial properties

We provide the best in class evaluation for your real estate/business to maximize the profits for you




For more properties or business, contact us.



**LOVEPREET KAUR**
NMLS #1473924
Office: 209-900-1994
209-497-4588
lkaur@lendingassets.com

24 ਘੰਟਿਆਂ 'ਚ Pre-Approvals ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ

# LENDINGASSETS
Elevating Your Mortgage Experience

## Home Loan ਘਰਾਂ ਦੇ ਲੋਨ

- ★ Minimun credit score 580
- ★ Short sales/Foreclosures/Bankruptcy No problem
- ★ FHA, conventional and ARM loans
- ★ Hard Money Loans
- ★ Second Mortgage
- ★ High Balance and Jumbo loans
- ★ "Second Mortgage" with Equity line of Credit
- ★ Refinance
- ★ Refinance/Cash out ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੈਸੇ ਦੀ ਜਰੂਰਤ ਹੈ

EQUAL HOUSING OPPORTUNITY

- ★ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲੋਨ ਪ੍ਰੋਡਕਟ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਲੈਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ
- ★ ਅਸੀਂ Homes, Condos, Duplexes, Triplexes ਅਤੇ Fourplexes 'ਤੇ ਲੋਨ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ

ਪ੍ਰੀ ਅਪਰੂਵਲ ਜਾਂ ਰੀ-ਫਾਈਨਾਂਸ ਲਈ ਅੱਜ ਹੀ ਕਾਲ ਕਰੋ

**Refinance @2.75% APR or lower**



Apply online at www.lendingassets.com and check out the live lowest rates on our website

ONLY WAY TO GROW YOUR BUSINESS FASTER

BNG

(Business Network Gateway)

We work for you to

Boost Your Business

VIDEO ADVERTISEMENTS

We make professional video advertisements for your business in Punjabi, Hindi & English




POSTERS DESIGN

We design flyers, Posters and
Post Cards to promote your business




BUSINESS CARD DESIGN

WE DESIGN YOUR
BUSINESS CARD




SOCIAL MEDIA HANDLERS

We can manage your Business social media handlers Facebook, instagram & YouTube



24/7 TECH SUPPORT

We provide 24/7 tech support




For more information call

Boota Singh Basi +1 (209) 303-1260

www.sanjhisoch.com
PATTRON: HARJIT BASI
MANAGEMENT



PRESIDENT & CHIEF EDITOR
BOOTA SINGH BASI

SUB EDITOR (CHICAGO, IL OFFICE)
LOVJYOT VIRDI

GENERAL MANAGER
RAVINDER SINGH DHILLON

RESIDENT EDITOR (INDIA)
DR. RAJINDER RIKHI

DISCLAIMER

ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਵਿਚ ਛਪੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਵਿਚ ਕੀਤੇ ਦਾਅਵਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਦੀ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਅਤੇ ਸੰਪਾਦਕਾਂ ਦੀ ਕੋਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨਾਲ ਲੈਣ-ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਖੁਦ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੋਣਗੇ। ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਵਿਚ ਛਪੇ ਲੇਖਾਂ ਵਿਚਲੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨਾਲ ਅਦਾਰਾ ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਦਾ ਸਹਿਮਤ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ।

DISPUTES ARE SUBJECT TO SUPERIOR COURTS OF STANISLAUS COUNTY OF CALIFORNIA, USA

SANJHI SOCH
DAILY NEWSPAPER
2601 Oakdale Road,
Suite H2-167 Modesto,
CA 95355 USA
Cell: (209) 303-1260
Email: info@sanjhisoch.com
Visit at: www.sanjhisoch.com

# 33ਵਾਂ ਏਪੀਈਸੀ ਆਰਥਿਕ ਆਗੂਆਂ ਦਾ ਸੰਮੇਲਨ, ਸ਼ੇਨਜ਼ੇਨ, ਚੀਨ, 18-19 ਨਵੰਬਰ, 2026- ਏਸ਼ੀਆ-ਪ੍ਰਸ਼ਾਂਤ ਖੇਤਰ ਦੀਆਂ 21 ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਅਰਥਵਿਵਸਥਾਵਾਂ




ਗਲੋਬਲ ਡਿਜੀਟਲਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ, ਆਰਟੀਫੀਸ਼ੀਅਲ ਇੰਟੈਲੀਜੈਂਸ ਅਤੇ ਤੀਬਰ ਭੂ-ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦੇ ਮੌਜੂਦਾ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ, ਦੁਨੀਆ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਮੋੜ 'ਤੇ ਹੈ। ਇੱਕ ਪਾਸੇ, ਛੋਟੀਆਂ-ਮੋਟੀਆਂ ਤਕਨੀਕੀ ਗਲਤੀਆਂ ਵੀ ਗਲੋਬਲ ਆਵਾਜਾਈ ਅਤੇ ਅਰਥਵਿਵਸਥਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਦੁਨੀਆ ਦੀਆਂ ਤਿੰਨ ਵੱਡੀਆਂ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰ ਮੁਖੀਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਇੱਕ ਪ੍ਰਸਤਾਵਿਤ ਇਤਿਹਾਸਕ ਮੀਟਿੰਗ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਕੂਟਨੀਤੀ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਅਧਿਆਇ ਲਿਖਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੈ। 19 ਨਵੰਬਰ, 2026 ਨੂੰ ਚੀਨ ਦੇ ਸ਼ੇਨਜ਼ੇਨ ਵਿੱਚ ਅਮਰੀਕੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਡੋਨਾਲਡ ਟਰੰਪ, ਚੀਨੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਸ਼ੀ ਜਿਨਪਿੰਗ ਅਤੇ ਰੂਸੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਵਲਾਦੀਮੀਰ ਪੁਤਿਨ ਵਿਚਕਾਰ ਪ੍ਰਸਤਾਵਿਤ ਤਿਕੋਣੀ ਮੀਟਿੰਗ, ਇਸ ਬਦਲਦੇ ਵਿਸ਼ਵ ਸ਼ਕਤੀ ਸੰਤੁਲਨ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਘਟਨਾ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮੈਂ, ਐਡਵੋਕੇਟ ਕਿਸ਼ਨ ਸੰਮੁਖਦਾਸ ਭਵਾਨੀ, ਗੋਂਡੀਆ, ਮਹਾਰਾਸ਼ਟਰ, ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸਿਰਫ਼ ਤਿੰਨ ਰਾਸ਼ਟਰ ਮੁਖੀਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਇੱਕ ਮੀਟਿੰਗ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਹਥਿਆਰ ਨਿਯੰਤਰਣ, ਈਰਾਨ ਸੰਕਟ, ਵਿਸ਼ਵ ਵਪਾਰ, ਊਰਜਾ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਦੇ ਵਿਸ਼ਵ ਵਿਵਸਥਾ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਕਈ ਮੁੱਦਿਆਂ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਵੀ ਹੈ। ਇਸ ਮੀਟਿੰਗ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਇਸ ਲਈ ਵੀ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਅਮਰੀਕਾ ਅਤੇ ਰੂਸ ਵਿਚਕਾਰ ਆਖਰੀ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਹਥਿਆਰ ਨਿਯੰਤਰਣ ਸੰਧੀ, ਨਿਊ ਸਟਾਰਟ, 5 ਫਰਵਰੀ, 2026 ਨੂੰ ਖਤਮ ਹੋ ਗਈ ਸੀ। ਅਜਿਹੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ, ਚੀਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਗੱਲਬਾਤ ਦੇ ਦਾਇਰੇ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਅਮਰੀਕਾ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

ਦੋਸਤੋ, ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਇਸ ਇਤਿਹਾਸਕ ਮੀਟਿੰਗ ਦੇ ਪਿਛੋਕੜ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੀਏ, ਤਾਂ 33ਵਾਂ ਏਪੀਈਸੀ ਆਰਥਿਕ ਆਗੂਆਂ ਦਾ ਸੰਮੇਲਨ, ਭਾਰਤ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ 21 ਆਰਥਿਕ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦਾ ਸੰਮੇਲਨ, ਚੀਨ ਦੇ ਤਕਨੀਕੀ ਕੇਂਦਰ, ਸ਼ੇਨਜ਼ੇਨ ਵਿੱਚ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਚੀਨ ਲਈ ਵਿਸ਼ਵ ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਮੌਕਾ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਏਪੀਈਸੀ ਜਾਂ ਏਸ਼ੀਆ-ਪ੍ਰਸ਼ਾਂਤ ਆਰਥਿਕ ਸਹਿਯੋਗ, 1989 ਵਿੱਚ ਸਥਾਪਿਤ ਇੱਕ ਅੰਤਰ-ਸਰਕਾਰੀ ਆਰਥਿਕ ਫੋਰਮ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ 21 ਮੈਂਬਰ ਅਰਥਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਸਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਖੇਤਰੀ ਵਪਾਰ, ਨਿਵੇਸ਼, ਆਰਥਿਕ ਏਕੀਕਰਨ ਅਤੇ ਤਕਨੀਕੀ ਸਹਿਯੋਗ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਸਦੀ ਵਿਲੱਖਣ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਸਦੇ ਫੈਸਲੇ ਬੰਧਨਕਾਰੀ ਸੰਧੀਆਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਸਵੈ-ਇੱਛਤ ਵਚਨਬੱਧਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਆਪਸੀ ਸਹਿਮਤੀ 'ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਹਨ। ਮੁੱਖ ਸੰਮੇਲਨ 18 ਅਤੇ 19 ਨਵੰਬਰ, 2026 ਨੂੰ ਚੀਨ ਦੇ ਸ਼ੇਨਜ਼ੇਨ ਵਿੱਚ ਹੋਵੇਗਾ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਏਪੀਈਸੀ ਦੇ ਸੀਈਓ ਦਾ ਸੰਮੇਲਨ 17 ਅਤੇ 18 ਨਵੰਬਰ ਨੂੰ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸ ਸਾਲ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਏਸ਼ੀਆ-ਪ੍ਰਸ਼ਾਂਤ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀ ਖੁਸ਼ਹਾਲੀ ਅਤੇ ਸਾਂਝੇ ਵਿਕਾਸ 'ਤੇ ਕੇਂਦਰਿਤ ਹੈ। ਸ਼ੇਨਜ਼ੇਨ ਚੀਨ ਦੀ ਉੱਨਤ ਤਕਨਾਲੋਜੀ, ਇਲੈਕਟ੍ਰਾਨਿਕਸ, ਨਵੀਨਤਾ ਅਤੇ ਉਦਯੋਗਿਕ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਇੱਕ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਕੇਂਦਰ ਹੈ। ਇਸ ਸਮਾਗਮ ਰਾਹੀਂ, ਚੀਨ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਆਪਣੀ ਆਰਥਿਕ ਤਰੱਕੀ, ਸਗੋਂ ਵਿਸ਼ਵ ਵਪਾਰ ਅਤੇ ਕੂਟਨੀਤੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਵਧਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨੂੰ ਵੀ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਮਾਗਮ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਕਿ ਏਪੀਈਸੀ ਦਾ ਮੁੱਖ ਉਦੇਸ਼ ਆਰਥਿਕ ਸਹਿਯੋਗ ਹੈ, ਤਿੰਨ ਮਹਾਂਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦੀ ਮੀਟਿੰਗ ਰਣਨੀਤਕ ਰਾਜਨੀਤੀ ਵੱਲ ਵਿਸ਼ਵਵਿਆਪੀ ਧਿਆਨ ਖਿੱਚ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਟਰੰਪ, ਸ਼ੀ ਅਤੇ ਪੁਤਿਨ ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਹਥਿਆਰਾਂ ਦੇ ਨਿਯੰਤਰਣ, ਈਰਾਨ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵ ਸੁਰੱਖਿਆ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਲਈ ਇਕੱਠੇ ਬੈਠਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਸਦਾ ਪ੍ਰਤੀਕਾਤਮਕ ਸੰਦੇਸ਼ ਡੂੰਘਾ ਹੋਵੇਗਾ।

ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣਾਤਮਕ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਇਸਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵ ਸ਼ਕਤੀ ਦੇ ਤਿੰਨ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਕੇਂਦਰਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਸੰਭਾਵੀ ਤਾਲਮੇਲ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਜੋਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਇਸਨੂੰ ਘ-3 ਜਾਂ ਵਿਸ਼ਵ ਸ਼ਾਸਨ ਲਈ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਗਠਜੋੜ ਵਾਂਗ ਇੱਕ ਰਸਮੀ ਪ੍ਰਬੰਧ ਵਜੋਂ ਲੇਬਲ ਕਰਨਾ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਤਿੰਨਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਵਪਾਰਕ ਮੁਕਾਬਲੇ, ਖੇਤਰੀ ਵਿਵਾਦਾਂ, ਪਾਬੰਦੀਆਂ, ਫੌਜੀ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਹਿੱਤਾਂ ਵਿੱਚ ਡੂੰਘੇ ਅੰਤਰ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਵੀ, ਅਜਿਹੀ ਮੀਟਿੰਗ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਵਿਰੋਧੀ ਮਹਾਂਸ਼ਕਤੀਆਂ ਵੀ ਵਿਸ਼ਵ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਹੱਲ ਲਈ ਸਿੱਧੀ ਗੱਲਬਾਤ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।

ਦੋਸਤੋ, ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ "ਸ਼ੇਨਜ਼ੇਨ ਮੀਟਿੰਗ: ਤਿੰਨ ਮਹਾਂਸ਼ਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਅਤੇ ਬਦਲਦੇ ਵਿਸ਼ਵ ਵਿਵਸਥਾ" ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੀਏ, ਤਾਂ ਵ੍ਹਾਈਟ ਹਾਊਸ ਨੇ 14 ਨਵੰਬਰ, 2026 ਨੂੰ ਇਸ ਪ੍ਰਸਤਾਵਿਤ ਮੀਟਿੰਗ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਅਮਰੀਕੀ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਇਹ ਮੀਟਿੰਗ ਵੀਰਵਾਰ, 19 ਨਵੰਬਰ ਨੂੰ ਹੋਵੇਗੀ। ਅਮਰੀਕੀ ਸਹਾਇਕ ਪ੍ਰੈਸ ਸਕੱਤਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਚੀਨ ਦੀ ਆਪਣੀ ਫੇਰੀ ਦੌਰਾਨ, ਟਰੰਪ ਪਹਿਲਾਂ ਸ਼ੀ ਜਿਨਪਿੰਗ ਨਾਲ ਦੁਵੱਲੀ ਗੱਲਬਾਤ ਅਤੇ ਵਰਕਿੰਗ ਲੰਚ ਕਰਨਗੇ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪੁਤਿਨ ਅਤੇ ਸ਼ੀ ਨਾਲ ਤਿੰਨ-ਪੱਖੀ ਗੱਲਬਾਤ ਹੋਵੇਗੀ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਇਹ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਮੀਟਿੰਗ ਦਾ ਐਲਾਨ ਸਿਰਫ਼ ਅਮਰੀਕੀ ਪੱਖ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਅਤੇ ਚੀਨ ਅਤੇ ਰੂਸ ਤੋਂ ਅਜੇ ਤੱਕ ਸੁਤੰਤਰ ਅਧਿਕਾਰਤ ਪੁਸ਼ਟੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀ ਹੈ। ਅਮਰੀਕੀ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਇਹ ਵੀ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਪਹਿਲੀ ਮੀਟਿੰਗ ਤੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤੁਰੰਤ ਸਮਝੌਤੇ ਦੀ ਉਮੀਦ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਇਸ ਲਈ, ਇਸਨੂੰ ਅੰਤਿਮ ਸਮਝੌਤੇ ਦੀ ਬਜਾਏ ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਗੱਲਬਾਤ ਲਈ ਇੱਕ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਪੜਾਅ ਮੰਨਣਾ ਵਧੇਰੇ ਉਚਿਤ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸ ਮੀਟਿੰਗ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਮੁੱਦਾ ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਹਥਿਆਰ ਨਿਯੰਤਰਣ ਅਤੇ ਨਿਸ਼ਸਤਰੀਕਰਨ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ ਅਤੇ ਰੂਸ ਕੋਲ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਹਥਿਆਰਾਂ ਦੇ ਭੰਡਾਰ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਚੀਨ ਵੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਆਪਣੀਆਂ ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਸਮਰੱਥਾਵਾਂ ਦਾ ਵਿਸਥਾਰ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। 2010 ਵਿੱਚ ਅਮਰੀਕਾ ਅਤੇ ਰੂਸ ਵਿਚਕਾਰ ਹੋਈ ਨਵੀਂ ਸਟਾਰਟ ਸੰਧੀ 5 ਫਰਵਰੀ, 2026 ਨੂੰ ਖਤਮ ਹੋ ਗਈ ਸੀ। ਇਸ ਸੰਧੀ ਨੇ ਦੋਵਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਰਣਨੀਤਕ ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਹਥਿਆਰਾਂ 'ਤੇ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਸੀਮਾਵਾਂ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕੀਤੀਆਂ ਸਨ। ਇਸਦੀ ਮਿਆਦ ਪੁੱਗਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਦੋਵਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਕੋਲ ਹੁਣ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਭੰਡਾਰਾਂ 'ਤੇ ਉਹੀ ਬੰਧਨ ਸੰਧੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਟਰੰਪ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਿਆਪਕ ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਨਿਯੰਤਰਣ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਿਕਸਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਚੀਨ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਇੱਥੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਚੁਣੌਤੀ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਚੀਨ ਕੋਲ ਖੁਦ ਅਮਰੀਕਾ ਅਤੇ ਰੂਸ ਵਰਗੀ ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਸਮਰੱਥਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤਿਕੋਣੀ ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਗੱਲਬਾਤ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਝਿਜਕ ਦਿਖਾਈ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਤਿੰਨਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਗੱਲਬਾਤ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੋਵੇਗੀ, ਇੱਕ ਬੰਧਨ ਸਮਝੌਤੇ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਣਾ ਆਸਾਨ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ।

ਦੋਸਤੋ, ਇੱਕ ਹੋਰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਵਿਸ਼ਾ ਈਰਾਨ ਅਤੇ ਪੱਛਮੀ ਏਸ਼ੀਆ ਵਿੱਚ ਸੰਕਟ ਹੈ। ਅਮਰੀਕੀ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਟਰੰਪ ਇਸ ਤਿਕੋਣੀ ਗੱਲਬਾਤ ਵਿੱਚ ਈਰਾਨ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਯੁੱਧ ਅਤੇ ਤਣਾਅ ਦੇ ਮੁੱਦੇ ਨੂੰ ਵੀ ਉਠਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ, ਰੂਸ ਅਤੇ ਚੀਨ ਸਾਰਿਆਂ ਦੇ ਪੱਛਮੀ ਏਸ਼ੀਆ ਵਿੱਚ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਰਣਨੀਤਕ, ਆਰਥਿਕ ਅਤੇ ਕੂਟਨੀਤਕ ਹਿੱਤ ਹਨ। ਚੀਨ ਊਰਜਾ ਆਯਾਤ ਅਤੇ ਵਪਾਰਕ ਮਾਰਗਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਰੂਸ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਅਮਰੀਕਾ ਖੇਤਰੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਹਿਯੋਗੀਆਂ ਦੇ ਹਿੱਤਾਂ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤਿੰਨੇ ਨੇਤਾ ਤਣਾਅ ਘਟਾਉਣ, ਕੂਟਨੀਤਕ ਗੱਲਬਾਤ ਵਧਾਉਣ ਅਤੇ ਈਰਾਨ 'ਤੇ ਖੇਤਰੀ ਸਥਿਰਤਾ ਲਈ ਇੱਕ ਸਾਂਝੇ ਪਹੁੰਚ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਹ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਤੇਲ ਬਾਜ਼ਾਰ, ਸਮੁੰਦਰੀ ਵਪਾਰ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵ ਊਰਜਾ ਸਪਲਾਈ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਅਮਰੀਕੀ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਯੂਕਰੇਨ ਯੁੱਧ ਇਸ ਤਿਕੋਣੀ ਮੀਟਿੰਗ ਦੇ ਮੁੱਖ ਏਜੰਡੇ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਯੂਕਰੇਨ ਬਾਰੇ ਵੱਖਰੀਆਂ ਕੂਟਨੀਤਕ ਚਰਚਾਵਾਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਅੰਤਰ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਈਰਾਨ ਅਤੇ ਯੂਕਰੇਨ 'ਤੇ ਚਰਚਾਵਾਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕੂਟਨੀਤਕ ਹਾਲਾਤਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਦੋਸਤੋ, ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਭਾਰਤ 'ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੀਏ: ਰਣਨੀਤਕ ਖੁਦਮੁਖਤਿਆਰੀ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਪ੍ਰੀਖਿਆ,ਇਸ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਭਾਰਤ 'ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਅਫਓਫ਼ ਦਾ ਮੈਂਬਰ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਫੋਰਮ ਦੀਆਂ 21 ਮੈਂਬਰ ਅਰਥਵਿਵਸਥਾਵਾਂ ਦੀ ਅਧਿਕਾਰਤ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ, ਭਾਰਤ ਇਸ ਸਿਖਰ ਸੰਮੇਲਨ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਰਸਮੀ ਮੈਂਬਰਸ਼ਿਪ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਪਰ ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤ ਸ਼ੇਨਜ਼ੇਨ ਵਿੱਚ ਵਿਕਾਸ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਨਹੀਂ ਰਹੇਗਾ। ਦਰਅਸਲ, ਭਾਰਤ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਚੁਣੌਤੀ ਆਪਣੀ ਸੁਤੰਤਰ ਵਿਦੇਸ਼ ਨੀਤੀ ਅਤੇ ਰਣਨੀਤਕ ਖੁਦਮੁਖਤਿਆਰੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ ਹੋਵੇਗੀ। ਰੂਸ ਇੱਕ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਚੱਲਿਆ ਆ ਰਿਹਾ ਅਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਰਣਨੀਤਕ ਭਾਈਵਾਲ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਚੀਨ ਨਾਲ ਸਰਹੱਦੀ ਵਿਵਾਦ, ਵਪਾਰ ਅਸੰਤੁਲਨ ਅਤੇ ਹਿੰਦ-ਪ੍ਰਸ਼ਾਂਤ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਭਾਵ ਲਈ ਮੁਕਾਬਲਾ ਵਰਗੀਆਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਬਰਕਰਾਰ ਹਨ। ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਅਮਰੀਕਾ ਭਾਰਤ ਦਾ ਮੁੱਖ ਰਣਨੀਤਕ, ਤਕਨੀਕੀ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਭਾਈਵਾਲ ਹੈ। ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ, ਜੇਕਰ ਟਰੰਪ, ਸ਼ੀ ਅਤੇ ਪੁਤਿਨ ਵਿਚਕਾਰ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਰਣਨੀਤਕ ਗੱਠਜੋੜ ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਭਾਰਤ ਨੂੰ ਤਿੰਨੋਂ ਸਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੰਤੁਲਿਤ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇਕਰ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਅਮਰੀਕਾ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਸਮਝੌਤੇ ਰਾਹੀਂ ਰੂਸ ਅਤੇ ਚੀਨ ਵਿਚਕਾਰ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਮੌਜੂਦ ਨੇੜਤਾ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਭਾਰਤ ਲਈ ਆਪਣੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਹਿੱਤਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਕੂਟਨੀਤਕ ਵਿਕਲਪਾਂ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇਗਾ।

ਦੋਸਤੋ, ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਕਵਾਡ ਅਤੇ ਇੰਡੋ-ਪੈਸੀਫਿਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਭਾਰਤ, ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਅਮਰੀਕਾ, ਜਾਪਾਨ ਅਤੇ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਵਿਚਕਾਰ ਸਹਿਯੋਗ ਦਾ ਇੱਕ ਮੁੱਖ ਉਦੇਸ਼ ਇੱਕ ਆਜ਼ਾਦ, ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਅਤੇ ਨਿਯਮਾਂ-ਅਧਾਰਤ ਇੰਡੋ-ਪੈਸੀਫਿਕ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਅਮਰੀਕਾ ਅਤੇ ਚੀਨ ਵਿਚਕਾਰ ਆਰਥਿਕ ਜਾਂ ਰਣਨੀਤਕ ਸਮਝੌਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਭਾਰਤ ਨੂੰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਜਿਹੇ ਸਮਝੌਤੇ ਖੇਤਰੀ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਸਮੁੰਦਰੀ ਆਵਾਜਾਈ ਅਤੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਹਿੱਤਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰ

ਇਸ ਦੀਵਾਲੀ ਮਿਠਾਸ ਤੇ
ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਦਾ ਸੁਆਦ ਮਾਣੋ!

STAR INDIA
SWEETS & CATERING
By Ashok Verma

ਦੀਵਾਲੀ ਦੀਆਂ ਖ਼ਾਸ ਮਿਠਾਈਆਂ ਤੇ ਪਕਵਾਨ:
ਦੇਸੀ ਘਿਓ ਦੀਆਂ ਜਲੇਬੀਆਂ, ਸੁਆਦਿਸ਼ਟ ਮਠਿਆਈਆਂ ਤੇ
ਦੀਵਾਲੀ ਦੇ ਖ਼ਾਸ ਪਕਵਾਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵੀ ਬਹੁਤ ਕੁਝ!





CATERING SERVICES
ਵਿਆਹਾਂ • ਪਾਰਟੀਆਂ • ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਮਾਗਮਾਂ ਲਈ
100 ਤੋਂ 2000 ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਤੱਕ ਖਾਣੇ ਦਾ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਪ੍ਰਬੰਧ!

CONTACT US
209-629-8511 | 209-858-1380
Cell: 209-681-5171
www.starindiacatering.com

OUR ADDRESS
209 E. Louise Avenue,
Lathrop, California 95330, USA.

STAR INDIA
ਹਰ ਖੁਸ਼ੀ ਦਾ ਸੁਆਦ, ਹਰ ਮੌਕੇ ਦੀ ਸ਼ਾਨ

# ਸੋਨੀਆ ਗਾਂਧੀ ਦੀ ਕਿਤਾਬ 'ਬਿਲੌਂਗਿੰਗ: ਅ ਜਰਨੀ ਆਫ਼ ਲਵ' ਰਿਲੀਜ਼

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਕਾਂਗਰਸ ਸੰਸਦੀ ਦਲ (ਸੀ.ਪੀ.ਪੀ.) ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸੋਨੀਆ ਗਾਂਧੀ ਦੀ ਸਵੈ-ਜੀਵਨੀ ਸੋਮਵਾਰ ਨੂੰ ਰਿਲੀਜ਼ ਹੋਈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਿਤਾਬ ਦਾ ਨਾਮ 'ਬਿਲੌਂਗਿੰਗ: ਅ ਜਰਨੀ ਆਫ਼ ਲਵ' ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਆਸਾਨ ਪੰਜਾਬੀ ਅਰਥ ਹੈ- 'ਆਪਣਾਪਣ: ਪਿਆਰ ਦਾ ਇੱਕ ਸਫ਼ਰ'। ਸੋਨੀਆ ਗਾਂਧੀ ਨੇ ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਕਿਤਾਬ ਲਿਖਣ ਪਿੱਛੇ ਕਾਰਨ ਦੱਸਿਆ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ, "ਮੇਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਮੈਨੂੰ ਕਿਤਾਬ ਲਿਖਣ ਲਈ ਰਾਹੁਲ ਗਾਂਧੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਿਯੰਕਾ ਨੇ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕੀਤਾ। ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਮੇਰੇ ਲਈ ਇਹ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਲ ਸੀ।" ਸਮਾਗਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਸੋਨੀਆ ਦੇ ਜੀਵਨ 'ਤੇ ਇੱਕ ਛੋਟੀ ਫ਼ਿਲਮ ਦਿਖਾਈ ਗਈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਉਹ ਭਾਵੁਕ ਹੋ ਗਏ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ- "ਜਦੋਂ ਰਾਜੀਵ ਗਾਂਧੀ ਨਹੀਂ ਰਹੇ ਤਾਂ ਮੈਂ ਟੁੱਟ ਗਈ ਸੀ। ਰਾਹੁਲ-ਪ੍ਰਿਯੰਕਾ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਸੰਭਾਲਿਆ, ਉਹੀ ਮੇਰੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਬਣ ਗਏ ਸਨ।" ਦੱਸ ਦਈਏ ਕਿ ਕਿਤਾਬ ਦੇ ਰਿਲੀਜ਼ ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਸਾਬਕਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮਨਮੋਹਨ ਸਿੰਘ ਦੀ ਪਤਨੀ ਗੁਰਸ਼ਰਨ ਕੌਰ ਅਤੇ ਭਾਜਪਾ ਆਗੂ ਕੈਪਟਨ ਅਮਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਰਹੇ। ਇਹ ਕਿਤਾਬ 10 ਨਵੰਬਰ ਨੂੰ ਜਾਰੀ




ਹੋਈ ਸੀ ਅਤੇ ਜਾਰੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਇਸ ਪ੍ਰਤੀ ਬਾਜ਼ਾਰ ਵਿੱਚ ਕਾਫ਼ੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲੀ ਹੈ। ਰਿਲੀਜ਼ ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਵਿਰੋਧੀ ਧਿਰ ਦੇ ਕਈ ਵੱਡੇ ਆਗੂ ਪਹੁੰਚੇ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਤਾਮਿਲਨਾਡੂ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਸੀ. ਜੋਸਫ਼ ਵਿਜੇ, ਝਾਰਖੰਡ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਹੇਮੰਤ ਸੋਰੇਨ ਅਤੇ ਜੰਮੂ-ਕਸ਼ਮੀਰ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਉਮਰ ਅਬਦੁੱਲਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਅਮਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨੇ 2022 ਦੀਆਂ ਪੰਜਾਬ ਚੋਣਾਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਾਂਗਰਸ ਨਾਲੋਂ ਨਾਤਾ ਤੋੜ ਲਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਭਾਜਪਾ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਗਏ ਸਨ। ਆਗਾਮੀ ਪੰਜਾਬ ਚੋਣਾਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਸਮਾਗਮ 'ਚ ਕੈਪਟਨ ਅਮਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਨੂੰ ਸਿਆਸੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਹਿਮ ਮੰਨਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਆਪਣੀ ਨਿੱਜੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਾਰੇ ਲਿਖਣਾ ਆਸਾਨ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਰਾਹੁਲ ਗਾਂਧੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਿਯੰਕਾ ਗਾਂਧੀ ਵਾਡਰਾ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਤਾਬ ਲਿਖਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕੀਤਾ। ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਆਪਣੇ ਨਿੱਜੀ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਜਨਤਕ ਚਰਚਾ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਣ ਕਾਰਨ ਯਾਦਾਂ ਲਿਖਣਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਔਖਾ ਸੀ, ਪਰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੱਗਾ ਕਿ ਆਪਣੀ ਕਹਾਣੀ ਆਪਣੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ ਕਹਿਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਨੂੰ ਸਿਆਸੀ ਕਿਤਾਬ ਦੀ ਬਜਾਏ ਇੱਕ ਨਿੱਜੀ ਯਾਦਾਂ ਦਾ ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਦੱਸਿਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਿਆਸਤ ਇੱਕ ਪਿਛੋਕੜ ਵਾਂਗ ਮੌਜੂਦ ਹੈ।

# ਇੱਕ ਲੱਖ ਰੈਪਰਾਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਰਾਜ-ਪੱਧਰੀ ਲਹਿਰ ਤੱਕ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨ "ਪਲਾਸਟਿਕ ਚੈਂਪੀਅਨ" ਅਗਵਾਈ ਕਰਨ ਲੱਗੇ

ਪਟਿਆਲਾ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਪਟਿਆਲਾ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪਾਇਲਟ ਪਹਿਲਕਦਮੀ ਵਜੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ ਮੁਹਿੰਮ ਹੁਣ ਇੱਕ ਰਾਜ-ਪੱਧਰੀ ਲਹਿਰ ਬਣਨ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। 'ਪੰਜਾਬ ਪਲਾਸਟਿਕ ਚੈਂਪੀਅਨਜ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ' ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਂਦੇ ਹੋਏ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ 19 ਸਕੂਲਾਂ ਨੇ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ ਸੀ ਪੰਜਾਬ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਕੰਟਰੋਲ ਬੋਰਡ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਮਹੀਨੇ ਵਿੱਚ ਇਸ ਪਹਿਲਕਦਮੀ ਨੂੰ ਛੇ ਹੋਰ ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ ਤੱਕ ਵਧਾਏਗਾ। ਅਗਲੇ ਪੜਾਅ ਵਿੱਚ ਇਸਨੂੰ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਸਾਰੇ 23 ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦਾ ਟੀਚਾ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਪੰਜਾਬ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਕੰਟਰੋਲ ਬੋਰਡ ਦੁਆਰਾ 1 ਸਤੰਬਰ 2026 ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਅਤੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪਲਾਸਟਿਕ ਕੂੜੇ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਮੁਸ਼ਕਲ ਕਿਸਮ, ਯਾਨੀ 'ਮਲਟੀ-ਲੇਅਰਡ ਪਲਾਸਟਿਕ' (ਐਮ ਐਲ ਪੀ) ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ 'ਤੇ ਕੇਂਦਰਿਤ ਹੈ। ਇਹ ਪਲਾਸਟਿਕ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਚਿਪਸ ਦੇ ਪੈਕੇਟਾਂ, ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਰੈਪਰਾਂ, ਛੋਟੀਆਂ ਥੈਲੀਆਂ (ਸੈਸ਼ੇ) ਅਤੇ ਹੋਰ ਲਚਕਦਾਰ ਪੈਕੇਜਿੰਗ ਸਮੱਗਰੀ ਵਿੱਚ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸਦੀ ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ (ਮੁੜ ਵਰਤੋਂ) ਦੀ ਕੀਮਤ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਪ੍ਰੋਸੈਸ ਕਰਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇਹ ਕੂੜਾ ਗਿੱਲੇ ਕੂੜੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਵਰਤੋਂ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਲਗਭਗ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ, ਇਹ ਗਲੀਆਂ-ਮੁਹੱਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਖਿੱਲਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਕੂੜੇ ਦੇ ਢੇਰਾਂ ਜਾਂ ਲੈਂਡਫਿਲ (ਕੂੜਾ ਸੁੱਟਣ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ) 'ਤੇ ਜਮ੍ਹਾਂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਲ ਸਰੋਤਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਫਿਰ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਸਾੜ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਗੈਸਾਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਵਿਚਾਰ ਸਧਾਰਨ ਪਰ ਦੂਰਗਾਮੀ ਸੀ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਸਮੱਸਿਆ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ, ਅਤੇ ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰੇ ਪਲਾਸਟਿਕ -ਜਿਸਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੁੱਟ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣਾ ਜਾਂ ਵਿਗਿਆਨਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਇਸਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ। ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਕਿ ਉਹ ਘਰਾਂ ਤੋਂ ਐਮ ਐਲ ਪੀ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨ, ਇਸਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਸੁੱਕਾ ਰੱਖਣ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਰੱਖੇ ਗਏ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਬਕਸਿਆਂ ਪਟਿਆਲਾ ਪਾਇਲਟ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਉਤਸ਼ਾਹਜਨਕ ਨਤੀਜਾ ਇਹ ਸੀ ਕਿ ਮੁਕਾਬਲਾ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਕਈ ਸਕੂਲ ਐਮ ਐਲ ਪੀ ਇਕੱਠਾ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਦੇ ਸਨ - ਇਹ ਇੱਕ ਸੰਕੇਤ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਪਹਿਲ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਨੂੰ ਸਥਾਈ ਆਦਤਾਂ ਵਿੱਚ ਬਦਲਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਿਆਂ ਪੰਜਾਬ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਕੰਟਰੋਲ ਬੋਰਡ ਦੀ ਚੇਅਰਪਰਸਨ ਰੀਨਾ ਗੁਪਤਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ "ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵਾਤਾਵਰਣ ਚੁਣੌਤੀ ਦੀ ਮਾਲਕੀ ਲੈਂਦੇ ਦੇਖਣਾ ਸਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਉਮੀਦ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਉਦੇਸ਼ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਵਿਵਹਾਰਕ ਬਦਲਾਅ ਲਿਆਉਣਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ ਸਾਫ਼ ਐਮ ਐਲ ਪੀ ਲਈ ਸਥਾਈ ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਕੇਂਦਰਾਂ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਖਪਤ ਅਤੇ ਕੂੜੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰਾਂ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡਣ ਦਾ ਸੰਦੇਸ਼ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।"

ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਸਟੇਟ ਕੌਂਸਲ ਫਾਰ ਸਾਇੰਸ ਐਂਡ ਟੈਕਨਾਲੋਜੀ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਅਤੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸਿੱਖਿਆ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ, ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੁਣ ਸੰਗਰੂਰ, ਰੂਪਨਗਰ, ਜਲੰਧਰ, ਕਪੂਰਥਲਾ, ਫਰੀਦਕੋਟ ਅਤੇ ਹੁਸ਼ਿਆਰਪੁਰ ਵਿੱਚ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ, ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਇਹ ਰਾਜ ਭਰ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਜਾਵੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਕੰਟਰੋਲ ਬੋਰਡ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਸਕੂਲ-ਅਧਾਰਤ ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਕੇਂਦਰਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਨਿਰੰਤਰ ਨੈੱਟਵਰਕ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ ਜੋ ਇੱਕ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਔਖੇ-ਰੀਸਾਈਕਲ-ਕਰਨਯੋਗ ਪਲਾਸਟਿਕ ਨੂੰ ਸਰਕੂਲਰ ਅਰਥਵਿਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਚੇਅਰਪਰਸਨ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੀਪੀਸੀਬੀ ਪੰਜਾਬ ਭਰ ਦੇ ਸਕੂਲਾਂ, ਈਕੋ-ਕਲੱਬਾਂ ਅਤੇ ਸਿਵਲ ਸੋਸਾਇਟੀ ਸੰਗਠਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਲਹਿਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ ਸੱਦਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਕਟੌਤੀ, ਮੁੜ ਵਰਤੋਂ, ਅਲੱਗ-ਥਲੱਗ ਕਰਨ ਅਤੇ ਰੀਸਾਈਕਲਿੰਗ ਨੂੰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾ ਕੇ, ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਗਲੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਸਾਡੀ ਪਲਾਸਟਿਕ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਵਿਰਾਸਤ ਵਿੱਚ ਨਾ ਮਿਲੇ, ਸਗੋਂ ਇਸਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਸਰਗਰਮ ਹਿੱਸਾ ਬਣੇ।

# ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੁਰਬ ਮੌਕੇ ਕੇਂਦਰ ਨੂੰ ਕਰਤਾਰਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਲਾਂਘਾ ਮੁੜ ਖੋਲ੍ਹਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ: ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਨੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੁਰਬ ਦੇ ਮੱਦੇਨਜ਼ਰ ਸ੍ਰੀ ਕਰਤਾਰਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਲਾਂਘਾ ਮੁੜ ਖੋਲ੍ਹਣ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਤਾਂ ਜੋ ਲੱਖਾਂ ਨਾਨਕ ਨਾਮ ਲੇਵਾ ਸੰਗਤ ਪਹਿਲੇ ਸਿੱਖ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਇਸ ਪਵਿੱਤਰ ਅਸਥਾਨ 'ਤੇ ਮੁੜ ਨਤਮਸਤਕ ਹੋ ਸਕੇ। ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੰਗਤ ਵਿਛੜੇ ਗੁਰਧਾਮਾਂ ਦੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਦਰਸ਼ਨ-ਦੀਦਾਰ ਲਈ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਅਰਦਾਸ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਨੇ ਵੀ ਇਸ ਲਾਂਘੇ ਨੂੰ ਮੁੜ ਖੋਲ੍ਹਣ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਦਿਆਂ ਇੱਕ ਮਤਾ ਪਾਸ ਕੀਤਾ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਕਿ ਉਹ ਸੰਗਤ ਦੀਆਂ ਧਾਰਮਿਕ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਜਲਦ ਤੋਂ ਜਲਦ ਇਸ ਲਾਂਘੇ ਨੂੰ ਮੁੜ ਖੋਲ੍ਹਣ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕਰਨ।

ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਪਲੇਟਫਾਰਮ 'ਐਕਸ' ਉੱਤੇ ਕਿਹਾ, "ਮੈਂ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਸ੍ਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਜੀ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਦੇ ਬਾਨੀ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੁਰਬ ਦੇ ਪਵਿੱਤਰ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਸ੍ਰੀ ਕਰਤਾਰਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਲਾਂਘੇ ਨੂੰ ਮੁੜ ਖੋਲ੍ਹਿਆ ਜਾਵੇ। ਨਾਨਕ ਨਾਮ ਲੇਵਾ ਸੰਗਤ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਅਰਦਾਸ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਿਛੜੇ ਪਵਿੱਤਰ ਗੁਰਧਾਮਾਂ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉੱਥੇ ਨਤਮਸਤਕ ਹੋਣ ਦਾ ਸੁਭਾਗ



ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਧਾਰਮਿਕ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸੰਗਤ ਦੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦਿਆਂ, ਅਸੀਂ ਪੰਜਾਬ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਵਿੱਚ ਵੀ ਇੱਕ ਮਤਾ ਪਾਸ ਕੀਤਾ ਸੀ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਸ ਲਾਂਘੇ ਨੂੰ ਮੁੜ ਖੋਲ੍ਹਣ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਮੈਨੂੰ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਸੰਗਤ ਦੀਆਂ ਧਾਰਮਿਕ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਦਿਆਂ, ਤੁਸੀਂ ਜਲਦੀ ਹੀ ਇਸ ਲਾਂਘੇ ਨੂੰ ਮੁੜ ਖੋਲ੍ਹਣ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕਰੋਗੇ।" ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕਰਦਿਆਂ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਨੇ ਕਿਹਾ, "24 ਨਵੰਬਰ ਨੂੰ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੁਰਬ ਹੈ। ਜੇ ਵਾਹਗਾ ਬਾਰਡਰ ਨਹੀਂ ਖੋਲ੍ਹਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਤਾਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਸ੍ਰੀ ਕਰਤਾਰਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਲਾਂਘਾ ਹੀ ਖੋਲ੍ਹ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ। ਸਾਨੂੰ ਉੱਥੇ ਜਾਣ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜੋ ਅਸੀਂ ਉਸ ਪਵਿੱਤਰ ਅਸਥਾਨ 'ਤੇ ਨਤਮਸਤਕ ਹੋ ਸਕੀਏ ਅਤੇ ਉਸੇ ਦਿਨ ਵਾਪਸ ਆ ਸਕੀਏ ਜਿੱਥੇ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦੇ 16 ਸਾਲ ਕਿਰਤ ਕਰਦਿਆਂ, ਖੇਤੀ ਕਰਦਿਆਂ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਕਰਦਿਆਂ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਵੰਡ ਕੇ ਛਕਦਿਆਂ ਬਿਤਾਏ ਸਨ। ਅਸੀਂ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸ੍ਰੀ ਕਰਤਾਰਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਲਾਂਘਾ ਖੋਲ੍ਹਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜੋ ਅਸੀਂ ਉੱਥੇ ਜਾ ਕੇ ਨਤਮਸਤਕ ਹੋ ਕੇ ਉਸੇ ਦਿਨ ਵਾਪਸ ਪਰਤ ਸਕੀਏ।" ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਨੇ ਸ੍ਰੀ ਕਰਤਾਰਪੁਰ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ ਬਲਦਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਜੋੜੀ ਰੱਖੀ ਸੀ ਅਤੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ 16 ਸਾਲ ਉੱਥੇ ਬਿਤਾਏ, ਜ਼ਮੀਨ 'ਤੇ ਮਿਹਨਤ ਕੀਤੀ, ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਰੋਜ਼ੀ-ਰੋਟੀ ਕਮਾਈ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਸੀ, ਉਸ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕੀਤਾ।"

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਗੁਰਮਤਿ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਮਨਟੀਕਾ
ਯਾਦਗਾਰੀ ਅਸਥਾਨ ਸੰਤ ਬਾਬਾ ਠਾਕੁਰ ਸਿੰਘ ਜੀ

2050 W. WOODWARD AVE MANTECA CA 95337
ਫੋਨ ਨੰਬਰ: 209-321-1733, 408-221-2511



# ਸਲਾਨਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ

## ਨਵੰਬਰ 29, 2026 ਐਤਵਾਰ

ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਜੀ ਧੰਨ ਧੰਨ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਅਵਤਾਰ ਗੁਰਪੁਰਬ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਸਲਾਨਾ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ 29, ਨਵੰਬਰ ਨੂੰ ਸਜਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ ਜੀ।

## ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦੀਵਾਨ

20 ਨਵੰਬਰ ਦਿਨ ਸ਼ੁਕਰਵਾਰ ਤੋਂ 29 ਨਵੰਬਰ ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ ਤੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦੀਵਾਨ ਹੋਣਗੇ ਜੀ ,



ਭਾਈ ਜੱਥਾ ਭਾਈ ਤਰਸ਼ੇਮ ਸਿੰਘ ਜੀ
ਮੋਰੇਵਾਲੀ



ਰਾਗੀ ਜੱਥਾ ਭਾਈ ਜਸਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਭਾਈ ਮਨਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਜੀ
ਫਤਹਿਗੜ੍ਹ ਸਾਹਿਬ ਵਾਲੇ



ਕਵੀਸ਼ਰੀ ਜੱਥਾ ਭਾਈ ਸਰਵਣ ਸਿੰਘ ਜੀ

ਨੋਟ: ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਸੇਵਾ 21, ਨਵੰਬਰ ਦਿਨ ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 9:00 ਤੋਂ 12:00 ਵਜੇ ਹੋਵੇਗੀ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜੀ-
ਸੇਕਟਰੀ ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਸਿੰਘ ਜੀ 408-221-2511

web -www.globaldrugtestinginc@gmail.com email -info@globaltruckpermits.com

ਕੈਲੇਫੋਰਨੀਆ ਅੰਦਰ ਸਾਰੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਇੱਕੋ ਥਾਂ

GLOBAL TRUCK PERMITS

ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਲੈ ਕੇ ਜਾਉ ਤੁਹਾਡੇ Business ਨੂੰ ਤਰੱਕੀਆਂ ਵੱਲ

ਟ੍ਰੱਕਰ ਵੀਰਾਂ ਵਾਸਤੇ, ਇੱਕ ਹੀ ਛੱਤ ਹੇਠ

New Company Permits
IRP Plates
Trailer Plates
Truck ELD
DOT Drug Testing



DOT Drug Testing | Compliance Services | Driver Hiring

Driver Files | Safety Audit | Clearing House | Driver Management






“ਸਾਡਾ ਇਸ ਕੰਮ ਵਿਚ
19 ਸਾਲ ਦਾ ਤਜਰਬਾ ਹੈ”

ਰਾਜਿੰਦਰ ਟਾਂਡਾ

ਅੱਜ ਹੀ ਕਾਲ ਕਰੋ :
Ph : (209) 636-0880 | Ph : (209) 364-3020 | Cell :(510) 557-6988

Address: 159 Darcy Pkwy Lathrop, CA 95330

ਜੇਹਾ ਚੀਰੀ ਲਿਖਿਆ ਤੇਹਾ ਹੁਕਮੁ ਕਮਾਹਿ ॥
ਘਲੇ ਆਵਹਿ ਨਾਨਕਾ ਸਦੇ ਉਠੀ ਜਾਹਿ ॥੧॥

In Loving Memory of

# Sardar Jaswinder Singh Sanghera



May 21, 1960 - November 7, 2026

**FUNERAL SERVICE:**
SATURDAY, NOVEMBER 21ST
1:30 PM

SHANT BHAVAN FUNERAL HOME
4800 E CLAYTON AVE, FOWLER, CA
93625

**FOLLOWED BY ANTIM ARDAAS AT:**
GURDWARA GUR NANAK PRAKASH
4250 E LINCOLN AVE FRESNO
3:30 PM

# ਥਾਈਲੈਂਡ 'ਚ 4 ਮੰਜ਼ਿਲਾ ਇਮਾਰਤ 'ਚ ਲੱਗੀ ਭਿਆਨਕ ਅੱਗ, 11 ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੌਤ

ਫੁਕੇਟ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ



ਥਾਈਲੈਂਡ ਦੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਸੈਰ-ਸਪਾਟਾ ਸਥਾਨ ਫੁਕੇਟ ਵਿੱਚ ਸੋਮਵਾਰ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਹਾਦਸਾ ਵਾਪਰਿਆ। ਸਵੇਰੇ ਤੜਕੇ ਇੱਕ ਚਾਰ ਮੰਜ਼ਿਲਾ ਵਪਾਰਕ ਇਮਾਰਤ ਵਿੱਚ ਲੱਗੀ ਭਿਆਨਕ ਅੱਗ ਵਿੱਚ 11 ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ, ਜਦਕਿ ਕਈ ਹੋਰਾਂ ਦੇ ਜ਼ਖਮੀ ਹੋਣ ਦੀ ਖ਼ਬਰ ਹੈ।

ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਦੇ ਕਾਰਨਾਂ ਬਾਰੇ ਅਜੇ ਤੱਕ ਕੋਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਰੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਮਾਰਤ ਦੀ ਹੇਠਲੀ ਮੰਜ਼ਿਲ 'ਤੇ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਦੇਣ ਦੀ ਦੁਕਾਨ ਸੀ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਉੱਪਰਲੀਆਂ ਮੰਜ਼ਿਲਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਵਜੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ।

ਮੁੱਢਲੀ ਜਾਂਚ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨੇੜਲੇ ਬਿਜਲੀ ਟ੍ਰਾਂਸਫਾਰਮਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਧਮਾਕਾ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਪੁਲਿਸ ਫਿਲਹਾਲ ਅੱਗ ਲੱਗਣ ਦੇ ਅਸਲ ਕਾਰਨਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ।

ਸਥਾਨਕ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਅੱਗ ਤੜਕੇ ਕਰੀਬ 2:00 ਵਜੇ ਲੱਗੀ।

ਫਾਇਰ ਬ੍ਰਿਗੇਡ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੇ ਲਗਭਗ ਇੱਕ ਘੰਟੇ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅੱਗ 'ਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾ ਲਿਆ। ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਪੀੜਤਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਨਾਗਰਿਕ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੈ।

# ਪੰਜਾਬ ਦੌਰੇ 'ਤੇ ਆਉਣਗੇ ਭਾਜਪਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਨਿਤਿਨ ਨਿਬਿਨ ਜਲੰਧਰ ਤੋਂ 'ਸਮਰਸਤਾ ਯਾਤਰਾ' ਦੀ ਕਰਨਗੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ



ਚੋਣਾਂ ਵਾਲੇ ਸੂਬੇ ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਭਾਜਪਾ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਸਿਆਸੀ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਤੇਜ਼ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ। ਭਾਰਤੀ ਜਨਤਾ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਕੌਮੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਨਿਤਿਨ ਨਿਬਿਨ 18 ਨਵੰਬਰ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬ ਦੌਰੇ 'ਤੇ ਆਉਣਗੇ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਉਹ ਜਲੰਧਰ ਦੇ ਡੇਰਾ ਸੱਚਖੰਡ ਬੱਲਾਂ ਦੇ ਨੇੜੇ ਕਰਵਾਈ ਜਾ ਰਹੀ ਵਿਸ਼ਾਲ ਜਨ ਸਭਾ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਸੰਤ ਗੁਰੂ ਰਵਿਦਾਸ ਜੀ ਦੇ 650ਵੇਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੁਰਬ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਕੱਢੀ ਜਾ ਰਹੀ 'ਸਮਰਸਤਾ ਯਾਤਰਾ' ਨੂੰ ਹਰੀ ਝੰਡੀ ਦਿਖਾ ਕੇ ਰਵਾਨਾ ਕਰਨਗੇ। ਸੰਤ ਗੁਰੂ ਰਵਿਦਾਸ ਜੀ ਦੇ 650ਵੇਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੁਰਬ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਇਹ ਯਾਤਰਾ ਜਲੰਧਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ 5 ਦਸੰਬਰ ਨੂੰ ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਵਾਰਾਣਸੀ ਵਿੱਚ ਸਮਾਪਤ ਹੋਵੇਗੀ। ਪਾਰਟੀ ਸੂਤਰਾਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਇਹ ਯਾਤਰਾ ਪੰਜਾਬ, ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, ਹਿਮਾਚਲ ਪ੍ਰਦੇਸ਼, ਉੱਤਰਾਖੰਡ, ਹਰਿਆਣਾ, ਦਿੱਲੀ ਅਤੇ ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਵਿੱਚੋਂ ਦੀ ਲੰਘੇਗੀ। ਇਸ ਯਾਤਰਾ ਦੌਰਾਨ, ਸਮਾਜਿਕ ਸਦਭਾਵਨਾ ਦਾ ਸੰਦੇਸ਼ ਫੈਲਾਉਣ ਲਈ 46 ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਨਿਤਿਨ ਨਿਬਿਨ ਦੇ ਦੌਰੇ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਪਾਰਟੀ ਦੀਆਂ ਤਿਆਰੀਆਂ ਅੰਤਿਮ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਹਨ। ਜਨ ਸਭਾ ਲਈ ਡੇਰਾ ਸੱਚਖੰਡ ਬੱਲਾਂ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਪਿੰਡ ਰਾਏਪੁਰ ਰਸੂਲਪੁਰ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਾਲ ਪੰਡਾਲ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਇਸ ਵਿੱਚ 50 ਤੋਂ 60 ਹਜ਼ਾਰ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਬੈਠਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਹੋਵੇਗਾ। ਕੁਰਸੀਆਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸਾਮਾਨ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਦਾਅਵਾ ਹੈ ਕਿ 17 ਨਵੰਬਰ ਦੀ ਰਾਤ 8 ਵਜੇ ਤੱਕ ਪੰਡਾਲ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।

# ਆਈਸ ਹਿਰਾਸਤ 'ਚ ਮੌਤਾਂ ਬਾਰੇ ਮੈਕਸੀਕੋ ਨੇ ਅਮਰੀਕੀ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਮੰਗਿਆ ਜਵਾਬ

ਮੈਕਸੀਕੋ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ



ਮੈਕਸੀਕੋ ਦੇ ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰਾਲੇ ਨੇ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਰਾਜਾਂ ਅਤੇ ਕਾਊਂਟੀਆਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੂੰ 22 ਪੱਤਰ ਭੇਜ ਕੇ ਮੈਕਸੀਕਨ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਦੀਆਂ ਮੌਤਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਹੋਣ ਦੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੰਗੀ ਹੈ। ਮੈਕਸੀਕੋ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਇਹ ਪੱਤਰ ਅੱਠ ਰਾਜਾਂ ਦੇ ਅਟਾਰਨੀ ਜਨਰਲਾਂ ਅਤੇ 14 ਕਾਊਂਟੀ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਭੇਜੇ ਗਏ ਹਨ। ਹੁਣ ਤੱਕ 11 ਦਫ਼ਤਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਜਵਾਬ ਆਇਆ ਹੈ।

ਮੈਕਸੀਕਨ ਮੰਤਰਾਲੇ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿਚ ਜਨਵਰੀ 2025 ਤੋਂ ਆਈਸ ਦੀ ਹਿਰਾਸਤ ਜਾਂ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਦੌਰਾਨ ਮਾਰੇ ਗਏ 18 ਮੈਕਸੀਕਨ ਨਾਗਰਿਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿਚ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੇ ਸਿਵਲ ਮੁਕੱਦਮੇ ਵੀ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਰਿਪੋਰਟ ਅਨੁਸਾਰ ਤਿੰਨ ਮੌਤਾਂ ਸਬੰਧੀ ਪਰਿਵਾਰ ਅਦਾਲਤ ਗਏ ਹਨ, ਜਦਕਿ ਪੰਜ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਕਾਰਵਾਈ ਨਾ ਕਰਨ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਵਿਚ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਹੋਏ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਕੇਸ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਟੈਕਸਸ ਦੇ ਹੈਰਿਸ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿਚ ਇੱਕ ਆਈਸ ਅਧਿਕਾਰੀ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਗ੍ਰੈਂਡ ਜਿਊਰੀ ਨੇ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਮੈਕਸੀਕਨ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਟੈਕਸਸ ਦੀਆਂ ਹੈਰਿਸ ਅਤੇ ਵੈੱਬ ਕਾਊਂਟੀਆਂ ਅਤੇ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਦੀ ਵੈਂਚੁਰਾ ਕਾਊਂਟੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਹਨ। ਇਸ ਕਦਮ ਦਾ ਮਕਸਦ ਹਰ ਕੇਸ ਵਿਚ ਤੱਥ, ਜਾਂਚ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨਾ ਹੈ। ਇਹ ਅਮਰੀਕੀ ਅਦਾਲਤ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਮੈਕਸੀਕੋ ਵੱਲੋਂ ਭੇਜੀ ਗਈ ਸਰਕਾਰੀ ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਹੈ। ਹੁਣ ਇਹ ਦੇਖਣਾ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਹੋਰ ਅਧਿਕਾਰੀ ਕਦੋਂ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕੀ ਜਾਂਚਾਂ ਵਿਚ ਨਵੀਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਂਦੀ ਹੈ।

# ਸਰਕਾਰੀ ਘਰਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦਰਜੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਵਧੇਗੀ

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਹਾਊਸਿੰਗ ਵਿਭਾਗ (ਐੱਚ.ਯੂ.ਡੀ.) ਨੇ ਸਰਕਾਰੀ ਘਰਾਂ ਅਤੇ ਸੈਕਸ਼ਨ 8 ਕਿਰਾਏ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਨਵਾਂ ਨਿਯਮ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਅਨੁਸਾਰ ਘਰ ਦੇ ਹਰ ਮੈਂਬਰ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਸਮੇਤ ਅਮਰੀਕੀ ਨਾਗਰਿਕਤਾ ਜਾਂ ਯੋਗ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦਰਜੇ ਦਾ ਸਬੂਤ ਦੇਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਨਿਯਮ 14 ਦਸੰਬਰ ਤੋਂ ਲਾਗੂ ਹੋਣ ਲਈ ਤੈਅ ਹੈ।

ਪਹਿਲਾਂ ਕੁਝ ਮਿਕਸਡ-ਸਟੇਟਸ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਦੇ ਯੋਗ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਘੱਟ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਸੀ। ਨਵੇਂ ਨਿਯਮ ਹੇਠ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਹਰ ਮੈਂਬਰ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ। ਇਹ ਜਾਂਚ ਫੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਸ਼ਅਡਓ ਸਿਸਟਮ ਰਾਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਨਿਯਮ ਵਿਚ 62 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਲੀ ਛੋਟ ਵੀ ਖ਼ਤਮ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਇਸ ਦਾ ਅਸਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ 'ਤੇ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਕੁਝ ਮੈਂਬਰ ਨਾਗਰਿਕ ਜਾਂ ਯੋਗ ਦਰਜੇ ਵਾਲੇ ਹਨ, ਪਰ ਹੋਰ ਮੈਂਬਰ ਯੋਗਤਾ ਪੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਨੀਤੀ ਅਨੁਮਾਨਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਲਗਭਗ 80 ਹਜ਼ਾਰ ਲੋਕ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਤਕਰੀਬਨ 37 ਹਜ਼ਾਰ ਬੱਚੇ ਵੀ ਹਨ। ਇਹ ਅੰਕੜੇ ਅੰਦਾਜ਼ੇ ਹਨ; ਹਰ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਉਸਦੀ ਸਥਿਤੀ ਅਤੇ ਜਾਂਚ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ।

ਨਿਯਮ ਲਾਗੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹਾਊਸਿੰਗ ਅਥਾਰਟੀਜ਼ ਨੂੰ ਇਸਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਬਾਰੇ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੇਣੀਆਂ ਹੋਣਗੀਆਂ। ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਆਪਣੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਅਥਾਰਟੀ ਤੋਂ ਇਹ ਪੁੱਛਣਾ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਕਿਹੜੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਕਬੂਲ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਦੇਣੇ ਹਨ।





Where Compassion Meets True

# LUXURY

Discover an exclusive living experience designed for seniors living with dementia, schizophrenia, bipolar disorder, and complex mental health needs where clinical excellence meets comfort, dignity, and elegance

**Refundable deposit of $500,000 with 8% annual interest**

## Exclusive Long-Term Luxury Living Opportunity

With only **25 exclusive units** available, we offer limited availability for discerning residents seeking long term luxury care through compassionate support and refined living.

### Luxury Living with Expert Care

- 24/7 Highly Trained Care Staff
- On-site Senior Psychologist
- Licensed Registered Nurse (RN)
- Regular visits by a psychiatrist and physician

### Healing Garden Therapy

Serene outdoor garden designed for relaxation, featuring walking paths, sitting areas, and peaceful natural surrounding that support emotional well-being

### Full-Service Lifestyle Assistance

- We schedule all doctor appointments,
- Staff escort residents to medical appointments,
- Transportation for church, shopping and outings.

### Music Therapy

Guided therapeutic sessions using soothing music, drumming, and movement to reduce stress, enhance mood, lift spirits, and increase cognitive well-being

**Daily Cost Ranges from $250 to $500 Per Day**

depending on the level of care required.

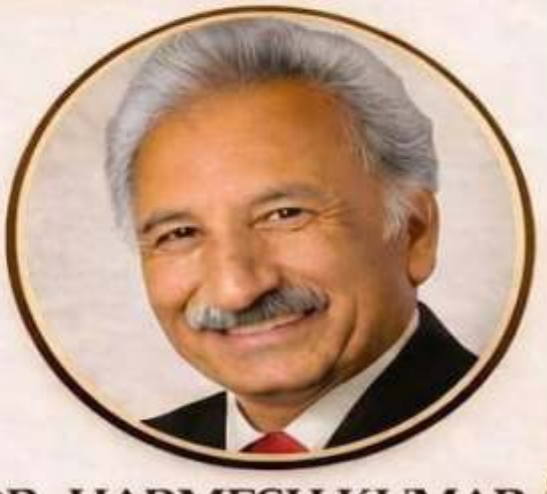
## St. Michael Assisted Living

Dinuba, CA

Location: Dinuba, CA

Contact: (925) 285-9881 (559) 915-9045

Website: www.stmichaelrcfe.com



**DR. HARMESH KUMAR**
PRESIDENT, CEO & PSYCHOLOGIST

# ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖਾਲਸਾ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ!

## ਗੁਰੂ ਰੂਪ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਜੀਓ,

ਸੈਨ ਹੋਜ਼ੇ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ **ਨਵੰਬਰ ਮਹੀਨੇ** ਦੌਰਾਨ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਧਾਰਮਿਕ ਸਮਾਗਮ, ਗੁਰਪੁਰਬ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

**1 ਨਵੰਬਰ 2026**
ਐਤਵਾਰ

### 1984 ਦੇ ਦਿੱਲੀ ਕਤਲੇਆਮ ਦੇ ਸ਼ਹੀਦਾਂ ਦੀ ਯਾਦ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸ਼ਹੀਦੀ ਸਮਾਗਮ

1984 ਦੇ ਦਿੱਲੀ ਕਤਲੇਆਮ ਦੇ ਸ਼ਹੀਦਾਂ ਦੀ ਯਾਦ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸ਼ਹੀਦੀ ਸਮਾਗਮ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਆਓ, ਸ਼ਹੀਦਾਂ ਦੀਆਂ ਕੁਰਬਾਨੀਆਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਦਿਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਰਧਾ ਦੇ ਫੁੱਲ ਭੇਟ ਕਰੀਏ।



**3 ਨਵੰਬਰ 2026**
ਮੰਗਲਵਾਰ

### ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਹਰਿਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਗੁਰਗੱਦੀ ਦਿਵਸ ਮੌਕੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਮਾਗਮ

ਇਸ ਮੌਕੇ ਸਵੇਰ ਤੇ ਸ਼ਾਮ ਦੇ ਦੀਵਾਨ ਸਮੇਂ ਕੀਰਤਨ, ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚਾਰ, ਕਥਾ ਅਤੇ ਇਤਿਹਾਸ ਨਾਲ ਸੰਗਤ ਨੂੰ ਜੋੜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।



**8 ਨਵੰਬਰ 2026**
ਐਤਵਾਰ

### ਬੰਦੀ ਛੋੜ ਦਿਵਸ ਅਤੇ ਦੀਵਾਲੀ ਦਾ ਪਾਵਨ ਦਿਹਾੜਾ

ਇਸ ਮੌਕੇ ਕੀਰਤਨ ਅਤੇ ਕਥਾ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੋਵੇਗਾ।
**ਸਮਾਂ: ਸਵੇਰੇ 4:30 ਵਜੇ ਤੋਂ ਰਾਤ 9:30 ਵਜੇ ਤੱਕ।**



**15 ਨਵੰਬਰ 2026**
ਐਤਵਾਰ

### ਬਾਬਾ ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਸ਼ਹੀਦੀ ਦਿਵਸ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਮਾਗਮ

ਕੀਰਤਨ, ਕਥਾ ਅਤੇ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚਾਰਾਂ ਰਾਹੀਂ ਬਾਬਾ ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੀ ਮਹਾਨ ਸ਼ਹਾਦਤ ਅਤੇ ਸਿੱਖ ਪੰਥ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਯੋਗਦਾਨ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।
**ਸਮਾਂ: ਸਵੇਰੇ 4 ਵਜੇ ਤੋਂ 10 ਵਜੇ ਤੱਕ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮ 4:45 ਵਜੇ ਤੋਂ 8:30 ਵਜੇ ਤੱਕ।**



**15 ਨਵੰਬਰ 2026**
(ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ)
ਐਤਵਾਰ

### ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਿੱਖ ਇਤਿਹਾਸ ਵਰਚੁਅਲ ਰਿਐਲਿਟੀ ਸ਼ੋਅ

ਇਸੇ ਦਿਨ, ਸੰਗਤ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਿੱਖ ਇਤਿਹਾਸ ਵਰਚੁਅਲ ਰਿਐਲਿਟੀ ਸ਼ੋਅ ਵੀ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਰਾਹੀਂ ਸੰਗਤ ਨੂੰ ਸਿੱਖ ਇਤਿਹਾਸ ਦਾ ਅਨੋਖਾ ਅਨੁਭਵ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇਗਾ।
**ਸਮਾਂ: ਸਵੇਰੇ 10 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 6 ਵਜੇ ਤੱਕ। ਸਥਾਨ: ਲੰਗਰ ਹਾਲ।**



**15 ਨਵੰਬਰ ਤੋਂ**
**24 ਨਵੰਬਰ 2026**

### ਧੰਨ ਧੰਨ ਸਾਹਿਬ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਦੇ ਗੁਰਪੁਰਬ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਪ੍ਰਭਾਤ ਫੇਰੀਆਂ

ਇਹ ਪ੍ਰਭਾਤ ਫੇਰੀਆਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਸਵੇਰੇ 4:30 ਵਜੇ ਤੋਂ 5:30 ਤੱਕ ਕੱਢੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ। ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਭਾਤ ਫੇਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਦਾ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।



**20 ਨਵੰਬਰ 2026**
ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ

### ਭਗਤ ਨਾਮਦੇਵ ਜੀ ਦਾ ਜਨਮ ਦਿਹਾੜਾ

ਭਗਤ ਨਾਮਦੇਵ ਜੀ ਦਾ ਜਨਮ ਦਿਹਾੜਾ ਵੀ ਬੜੀ ਧੂਮ ਧਾਮ ਨਾਲ ਮਨਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।



**21 ਨਵੰਬਰ 2026**
ਸ਼ਨੀਵਾਰ

### ਭਾਈਚਾਰਕ ਏਕਤਾ ਦੇ ਸੰਦੇਸ਼ ਨਾਲ 5K Walk/Run for Humanity

ਦਾਂ ਇੱਕ ਖਾਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕਰਵਾਈ ਜਾ ਰਿਹਾਂ ਹੈ।




**24 ਨਵੰਬਰ 2026**
ਮੰਗਲਵਾਰ

### ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਦਾ ਪਾਵਨ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਪੁਰਬ

ਇਸ ਮੌਕੇ ਸਵੇਰੇ 4:30 ਵਜੇ ਤੋਂ 7:45 ਵਜੇ ਤੱਕ ਕੀਰਤਨ, ਕਥਾ ਅਤੇ ਚਾਡੀ ਵਾਰਾਂ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹੋਵੇਗਾ।



**ਹਰ ਸੋਮਵਾਰ,**
**ਮੰਗਲਵਾਰ ਅਤੇ ਵੀਰਵਾਰ**

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਸੀਨੀਅਰ ਸਿਟੀਜ਼ਨ ਸੈਂਟਰ ਵੱਲੋਂ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ **WEEKLY GET TOGETHER** ਦਾ ਵੀ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।
**ਸਮਾਂ: ਸਵੇਰੇ 11 ਵਜੇ ਤੋਂ ਦੁਪਹਿਰ 2 ਵਜੇ ਤੱਕ।**



ਸੋ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਜੀਓ, ਨਵੰਬਰ ਮਹੀਨੇ ਦੌਰਾਨ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਧਾਰਮਿਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸਮਾਗਮਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਸਮੇਤ ਪਹੁੰਚੋ ਅਤੇ ਗੁਰੂ ਘਰ ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ।

ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ
ਤੁਸੀਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:
**408-274-9373**

**ਸਥਾਨ:**
**3636 Gurdwara Avenue,**
**San Jose, California 95148**

ਆਓ, ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨ ਦੀਆਂ ਸਿੱਖਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੀਏ,
ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿੱਖ ਇਤਿਹਾਸ ਨਾਲ ਜੋੜੀਏ
ਅਤੇ ਗੁਰੂ ਘਰ ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰੀਏ।

WE HAVE THE CHEAPEST FARES TO INDIA

# LEGEND TRAVEL



JATINDER SINGH

arc accredited agency
CST # 207524-40

Special Fares To India
From
West-coast (us) On
Air India Direct Flights




## LOWEST AIRFARES FROM USA TO INDIA

★Travel Insurance ★ Great last Minute Deals ★ Offices in India

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਤੋਂ ਵੀ ਟਿਕਟ ਨਾ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਇਕ ਵਾਰ ਫੋਨ ਕਰੋ
ਅਸੀਂ ਸਾਰੀਆਂ ਏਅਰਲਾਈਨਜ਼ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

CALL US **(510) 797-9010**

USA OFFICE: 2450 PERALTA BLVD., STE 106-108,
FREMONT CA 94536 PH.: 510-797-9010

Website: www.legendamerica.net

Emirates · Cathay Pacific · Asiana Airlines · Jet Airways · China Airlines · British Airways · Singapore Airlines · Lufthansa · ANA

# ਡਾ: ਪ੍ਰਿਅੰਕਾ 'ਸੌਰਭ' ਨੂੰ 2.82 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦੇ ਭਿਵਾਨੀ ਗੌਰਵ ਪੁਰਸਕਾਰ-2026 ਨਾਲ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ

ਭਿਵਾਨੀ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਹਰਿਆਣਾ ਦੀ ਲੇਖਿਕਾ ਅਤੇ ਕਾਲਮਨਵੀਸ ਡਾ. ਪ੍ਰਿਯੰਕਾ 'ਸੌਰਭ' ਨੂੰ ਸਾਹਿਤ, ਪੱਤਰਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਚਿੰਤਨ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਯੋਗਦਾਨ ਲਈ ਭਿਵਾਨੀ ਗੌਰਵ ਪੁਰਸਕਾਰ 2026 ਨਾਲ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਰੋਹਿਣੀ ਦੇ ਸੈਕਟਰ 10 ਸਥਿਤ ਹੋਟਲ ਕਰਾਊਨ ਪਲਾਜ਼ਾ ਵਿਖੇ ਆਯੋਜਿਤ ਇੱਕ ਸਮਾਰੋਹ ਵਿੱਚ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 2,51,000 ਦੀ ਜੀਵਨ ਭਰ ਗੌਰਵ ਮੈਂਬਰਸ਼ਿਪ ਅਤੇ 31,000 ਦਾ ਭਿਵਾਨੀ ਗੌਰਵ ਸਾਹਿਤ ਪੁਰਸਕਾਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਇਹ ਸਨਮਾਨ ਰਾਸ਼ੀ ਕੁੱਲ 2,82,000 ਸੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤਿਸ਼ਠਾਵਾਨ ਨਾਰਾਇਣੀ ਦੇਵੀ ਭਾਗੰਕਾ ਓਜਸਵਿਨੀ ਸਨਮਾਨ ਵੀ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਐਤਵਾਰ, 15 ਨਵੰਬਰ, 2026 ਨੂੰ ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਰੋਹਿਣੀ ਦੇ ਕਰਾਊਨ ਪਲਾਜ਼ਾ ਹੋਟਲ ਵਿਖੇ ਹੋਏ ਇਸ ਸਮਾਰੋਹ ਵਿੱਚ ਸਰਵਉੱਚ ਸੰਤ ਹਜ਼ੂਰ ਕੰਵਰ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਮਹਾਰਾਜ ਦੀ ਪਵਿੱਤਰ ਮੌਜੂਦਗੀ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਨੇ ਸਮਾਗਮ ਨੂੰ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਕਿਰਪਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ।

ਇਸ ਸਮਾਰੋਹ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਪਤਵੰਤਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਯੋਗਦਾਨ ਲਈ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸੰਸਦ ਮੈਂਬਰ ਐਨ.ਡੀ. ਗੁਪਤਾ ਨੂੰ ਜਨਤਕ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਅਤੇ ਪੇਂਡੂ ਵਿਕਾਸ ਲਈ, ਡਾ. ਨਰੇਸ਼ ਕੌਸ਼ਿਕ ਨੂੰ ਸਿੱਖਿਆ ਲਈ, ਸ਼੍ਰੀ ਬਲਵਾਨ ਸ਼ਰਮਾ ਨੂੰ ਪੱਤਰਕਾਰੀ ਲਈ, ਡਾ. ਜੋਗਿੰਦਰ ਕੁਮਾਰ ਨੂੰ ਸਾਹਿਤ ਲਈ, ਸ਼੍ਰੀ ਪੂਨਮ ਸ਼ਰਮਾ ਨੂੰ ਖੇਡਾਂ ਲਈ, ਸ਼੍ਰੀ ਰਾਮਦੇਵ ਤਾਇਲ ਨੂੰ ਸੇਵਾ ਲਈ, ਸ਼੍ਰੀ ਦਿਨੇਸ਼ ਰਾਹਨ ਨੂੰ ਕਲਾ ਅਤੇ ਸੰਗੀਤ ਲਈ, ਅਤੇ ਸ਼੍ਰੀ ਜੀਤਾਰਾਮ ਗੁਪਤਾ (ਐਡਵੋਕੇਟ) ਨੂੰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸੇਵਾ ਲਈ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਤੀਕ ਸ਼੍ਰੀ ਸੂਰਜਮਲ ਕਾਗਰੀਆ, ਸ਼੍ਰੀ ਕੁਲਦੀਪ ਰਾਜ ਮਹਾਜਨ ਅਤੇ ਸ਼੍ਰੀ ਜਗਨਨਾਥ ਸਰਾਫ ਦੇ ਨਾਮ 'ਤੇ ਯਾਦਗਾਰੀ ਸੈਸ਼ਨ ਵੀ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤੇ ਗਏ।

ਸਾਹਿਤਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਯੋਗਦਾਨ ਲਈ ਸਨਮਾਨ

ਡਾ. ਪ੍ਰਿਯੰਕਾ 'ਸੌਰਭ', ਰਾਜਨੀਤੀ ਸ਼ਾਸਤਰ ਵਿੱਚ ਪੀਐਚਡੀ, ਇੱਕ ਕਵੀ, ਸਾਹਿਤਕ ਸ਼ਖਸੀਅਤ, ਸੁਤੰਤਰ ਪੱਤਰਕਾਰ, ਕਾਲਮਨਵੀਸ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਚਿੰਤਕ ਹੈ। ਹਿੰਦੀ ਅਤੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦੋਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸਰਗਰਮੀ ਨਾਲ ਲਿਖਦੇ ਹੋਏ, ਉਸਨੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਸੰਪਾਦਕੀ, ਲੇਖ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਉਸਦੇ ਮੁੱਖ



ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਵਿੱਚ ਔਰਤਾਂ ਦਾ ਸਸ਼ਕਤੀਕਰਨ, ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ, ਸਿੱਖਿਆ, ਪੇਂਡੂ ਵਿਕਾਸ, ਲੋਕਤੰਤਰੀ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਅਤੇ ਸਮਕਾਲੀ ਸਮਾਜਿਕ ਸਰੋਕਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

14 ਕਿਤਾਬਾਂ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਇੱਕ ਸਾਹਿਤਕ ਯਾਤਰਾ

ਡਾ. ਪ੍ਰਿਯੰਕਾ ਸੌਰਭ ਨੇ 12 ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਅਤੇ ਦੋ ਸੰਪਾਦਿਤ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਮੁੱਖ ਰਚਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚ "ਦੀਮਕ-ਰਾਈਡਨ ਰੋਜ਼ਿਜ਼," "ਫ੍ਰਾਮ ਦ ਸਟੋਵ ਟੂ ਦ ਮੂਨ," "ਸਮਾਈਲ ਆਫ਼ ਸਾਈਲੈਂਸ," "ਲਾਈਫ ਪੀਪਿੰਗ ਫਰਾਮ ਦ ਵਿੰਡੋ," "ਡਾਇਆਲੋਗ ਵਿਦ ਫੇਅਰੀਜ਼," "ਚਿਲਡਰਨਜ਼ ਵਰਲਡ," "ਆਨ ਦ ਸੈਂਡਜ਼ ਆਫ਼ ਟਾਈਮ," "ਨਿਰਭਯੇਨ," "ਫੀਅਰਲੈੱਸ," ਅਤੇ "ਆਂਚਲਜ਼ ਸਾਈਲੈਂਸ" ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਉਹ ਹਰਿਆਣਵੀ ਭਾਸ਼ਾ ਅਤੇ ਲੋਕਧਾਰਾਵਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਰਗਰਮੀ ਨਾਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। "ਮਹਾਰੀ ਮੱਟੀ, ਮਹਾਰੇ ਅਖਰ" ਦਾ ਸੰਕਲਨ ਅਤੇ ਸੰਪਾਦਨ ਇਸ ਯੋਗਦਾਨ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਤੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਮਾਨਤਾ

ਉਸਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਕਈ ਪੁਰਸਕਾਰਾਂ ਨਾਲ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਚੁੱਕਾ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਨਾਰੀ ਰਤਨ ਪੁਰਸਕਾਰ, ਵਿਸ਼ਵ ਹਿੰਦੀ ਸਾਹਿਤ ਰਤਨ ਪੁਰਸਕਾਰ, ਸੁਪਰ ਵੂਮੈਨ ਪੁਰਸਕਾਰ, ਗਲੋਬਲ ਸੁਪਰ ਵੂਮੈਨ ਪੁਰਸਕਾਰ, ਮਹਿਲਾ ਰਤਨ ਸਨਮਾਨ, ਨਾਗਰਿਕ ਪੱਤਰਕਾਰੀ ਲਈ ਨਾਰਦ ਪੁਰਸਕਾਰ, ਅਤੇ ਸਾਹਿਤਾਂਚਲ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੁਰਸਕਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਉਸਨੂੰ ਯੂਨਾਈਟਿਡ ਕਿੰਗਡਮ, ਫਿਲੀਪੀਨਜ਼ ਅਤੇ ਬੰਗਲਾਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਆਨਰੇਰੀ ਡਾਕਟਰੇਟ ਵੀ ਮਿਲ ਚੁੱਕੀ ਹੈ।

ਸਫਲਤਾ ਦਾ ਸਿਹਰਾ ਮਾਪਿਆਂ, ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਨੂੰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰਾਪਤੀ 'ਤੇ ਡਾ. ਪ੍ਰਿਯੰਕਾ 'ਸੌਰਭ' ਨੇ ਆਪਣੀ ਸਫਲਤਾ ਦਾ ਸਿਹਰਾ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ, ਸਾਰੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਡਾ. ਸਤਿਆਵਾਨ ਸੌਰਭ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੁਆਰਾ ਪਾਏ ਗਏ ਮੁੱਲ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਦਾ ਨਿਰੰਤਰ ਉਤਸ਼ਾਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਾਹਿਤਕ ਅਤੇ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਸਫ਼ਰ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਤਾਕਤ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਡਾ. ਸਤਿਆਵਾਨ ਸੌਰਭ ਨੇ ਹਰ ਹਾਲਾਤ ਵਿੱਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਲਿਖਤਾਂ, ਸਾਹਿਤਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਧਾਰਕ ਪ੍ਰਗਟਾਵੇ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਸਨਮਾਨ ਸਿਰਫ਼ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਨਿੱਜੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਦੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ, ਕੁਰਬਾਨੀ, ਸਮਰਥਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਾ ਇਨਾਮ ਹੈ ਜੋ ਹਰ ਕਦਮ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਖੜ੍ਹੇ ਸਨ।

ਭਿਵਾਨੀ ਫੈਮਿਲੀ ਫਰੈਂਡਸ਼ਿਪ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਪ੍ਰਤੀ ਧੰਨਵਾਦ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤਾ

ਡਾ. ਪ੍ਰਿਯੰਕਾ "ਸੌਰਭ" ਨੇ ਇਸ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਭਿਵਾਨੀ ਫੈਮਿਲੀ ਫ੍ਰੈਂਡਸ਼ਿਪ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ, ਸ਼੍ਰੀ ਰਾਜੇਸ਼ ਚੇਤਨ, ਕਨਵੀਨਰ, ਸ਼੍ਰੀ ਪ੍ਰਮੋਦ ਸ਼ਰਮਾ, ਅਤੇ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੇ ਸਾਰੇ ਅਹੁਦੇਦਾਰਾਂ, ਮੈਂਬਰਾਂ ਅਤੇ ਪੂਰੇ ਭਿਵਾਨੀ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਦਿਲੋਂ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ। ਉਸਨੇ ਜਿਊਰੀ ਅਤੇ ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਸਾਰੇ ਭਾਈਵਾਲਾਂ ਦਾ ਵੀ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਭਿਵਾਨੀ ਦੀ ਮਿੱਟੀ, ਇਸ ਦਾ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਾਹਿਤਕ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਪਿਆਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਸੰਪਤੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਨਮਾਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਾਹਿਤਕ ਸਫ਼ਰ ਵਿੱਚ ਨਵੀਂ ਊਰਜਾ ਭਰੇਗਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਮਾਜ ਪ੍ਰਤੀ ਆਪਣੀਆਂ ਸਿਰਜਣਾਤਮਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਵੀ ਸਮਰਪਣ ਨਾਲ ਨਿਭਾਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰੇਗਾ। ਡਾ. ਪ੍ਰਿਅੰਕਾ 'ਸੌਰਭ' ਦੀ ਇਸ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਨੂੰ ਭਿਵਾਨੀ, ਸਿਵਾਨੀ ਮੰਡੀ ਅਤੇ ਹਿਸਾਰ ਸਮੇਤ ਪੂਰੇ ਹਰਿਆਣਾ ਦੇ ਸਾਹਿਤਕ ਜਗਤ ਲਈ ਇੱਕ ਮਾਣ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਮੰਨਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

# ਮਨੁੱਖ ਅਕਸਰ ਸੰਸਾਰਿਕ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ, ਸੁਖ-ਸਹੂਲਤਾਂ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਸਾਧਨਾਂ ਵਿੱਚ ਖੁਸ਼ੀ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ- ਸਾਧਵੀ ਰਜਨੀ ਭਾਰਤੀ

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਦਿਵਯ ਜਯੋਤੀ ਜਾਗ੍ਰਤੀ ਸੰਸਥਾਨ ਵੱਲੋਂ ਬਟਾਲਾ ਰੋਡ ਸਥਿਤ ਰਾਮ ਮੰਦਿਰ, ਸ਼ਿਵਾਲਾ ਬਾਗ ਭਾਈਆਂ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਵਿਖੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਆਧਿਆਤਮਿਕ ਸਤਸੰਗ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਪਾਵਨ ਮੌਕੇ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਰਧਾਲੂਆਂ ਨੇ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਕਰਕੇ ਪ੍ਰਭੂ ਭਗਤੀ ਅਤੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਵਿਚਾਰਾਂ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸਹੀ ਦਿਸ਼ਾ ਦੇਣ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ। ਸਤਸੰਗ ਦੌਰਾਨ ਸ਼੍ਰੀ ਆਸ਼ੂਤੋਸ਼ ਮਹਾਰਾਜ ਜੀ ਦੀ ਸ਼ਿਸ਼ਿਆ ਸਾਧਵੀ ਰਜਨੀ ਭਾਰਤੀ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਰਾਹੀਂ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਦੇ ਅਸਲ ਉਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਆਤਮਿਕ ਜਾਗ੍ਰਿਤੀ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਮਝਾਇਆ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਅਕਸਰ ਸੰਸਾਰਿਕ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ, ਸੁਖ-ਸਹੂਲਤਾਂ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਸਾਧਨਾਂ ਵਿੱਚ ਖੁਸ਼ੀ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਸਭ ਕੁਝ ਮਨ ਨੂੰ ਸਦੀਵੀ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਨਹੀਂ।

ਜੀਵਨ ਦੀ ਅਸਲ ਪੂਰਣਤਾ ਤਾਂ ਉਦੋਂ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ



ਅੰਦਰ ਵੱਸਦੀ ਦਿਵਯ ਚੇਤਨਾ ਨਾਲ ਜੁੜ ਕੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਅਸਲ ਹੋਂਦ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬ੍ਰਹਮਗਿਆਨ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਨਵੀਂ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦਾ ਸੰਚਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਹਾਲਾਤਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੇਠ ਵਿਚਲਿਤ ਹੋਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਹਰ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਧੀਰਜ, ਸੰਜਮ ਅਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕਤਾ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਅੰਦਰੂਨੀ ਪੱਖ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਦੀ ਸੋਚ, ਫ਼ੈਸਲਿਆਂ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਜਿਊਣ ਦੇ ਢੰਗ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸੁਖਦ ਬਦਲਾਅ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਧਵੀ ਜੀ ਨੇ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਦਾ ਮਾਰਗ ਕੇਵਲ ਧਾਰਮਿਕ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸੁਣਨ ਜਾਂ ਰਸਮਾਂ ਨਿਭਾਉਣ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇਹ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਦਿਵਯ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਜਗਾਉਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ। ਪ੍ਰੇਮ, ਕਰੁਣਾ, ਨਿਮਰਤਾ, ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਅਤੇ ਨਿਸ਼ਕਾਮ ਸੇਵਾ ਵਰਗੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਅਪਣਾ ਕੇ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਨੂੰ ਉੱਚਾ ਚੁੱਕ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਭਰਪੂਰ ਜੀਵਨ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਸੁਖਮਈ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਬਲਕਿ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਵੀ ਏਕਤਾ, ਸਦਭਾਵਨਾ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੀਆਂ ਕਦਰਾਂ-ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਤਸੰਗ ਦਾ ਸੰਦੇਸ਼ ਇਹੀ ਸੀ ਕਿ ਜਦੋਂ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਆਤਮਿਕ ਗਿਆਨ ਨੂੰ ਮਹੱਤਵ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰੋਂ ਸਦਭਾਵਨਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਸੁਭਾਵਿਕ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।

# ਨਿਊਯਾਰਕ ਦੇ ਕਮਰਸ਼ੀਅਲ ਡਰਾਈਵਰ ਲਾਇਸੈਂਸ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਅਪੀਲ ਅਦਾਲਤ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ

ਨਿਊਯਾਰਕ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਅਮਰੀਕਾ ਦੀ ਦੂਜੀ ਸਰਕਟ ਅਪੀਲ ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਫ਼ੈਸਲਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਫੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਨਿਊਯਾਰਕ ਦੇ ਲਗਭਗ 7 ਕਰੋੜ 40 ਲੱਖ ਡਾਲਰ ਦੇ ਹਾਈਵੇਅ ਫੰਡ ਰੋਕ ਕੇ ਗਲਤੀ ਕੀਤੀ। ਇਹ ਵਿਵਾਦ ਲਗਭਗ 33 ਹਜ਼ਾਰ ਕਮਰਸ਼ੀਅਲ ਡਰਾਈਵਰ ਲਾਇਸੈਂਸਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਸੀ, ਜੋ ਗੈਰ-ਅਮਰੀਕੀ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਨ। ਟਰਾਂਸਪੋਰਟੇਸ਼ਨ ਵਿਭਾਗ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਸੀ ਕਿ ਕੁਝ ਲਾਇਸੈਂਸ ਡਰਾਈਵਰਾਂ ਦੀ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚ ਰਹਿਣ ਜਾਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਖ਼ਤਮ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਵੈਧ ਰਹੇ। ਫੈਡਰਲ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਨਿਊਯਾਰਕ ਤੋਂ ਇਹ ਲਾਇਸੈਂਸ ਰੱਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਅਤੇ ਫੰਡ ਰੋਕ ਦਿੱਤੇ। ਨਿਊਯਾਰਕ ਨੇ ਇਸ ਕਦਮ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਚੁਣੌਤੀ ਦਿੱਤੀ।

ਅਪੀਲ ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਿਸ ਸਮੇਂ ਨਿਊਯਾਰਕ ਨੇ ਇਹ ਲਾਇਸੈਂਸ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ ਸਨ, ਉਸ ਵੇਲੇ ਲਾਗੂ ਫੈਡਰਲ ਨਿਯਮਾਂ ਵਿਚ ਲਾਇਸੈਂਸ ਦੀ ਮਿਆਦ ਨੂੰ ਡਰਾਈਵਰ ਦੇ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਦੀ ਮਿਆਦ ਨਾਲ ਮਿਲਾਉਣ ਦੀ ਸ਼ਰਤ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਇਸ ਲਈ ਰਾਜ ਨੂੰ ਉਸ ਨਿਯਮ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਲਈ ਸਜ਼ਾ ਦੇਣਾ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਫੰਡ ਰੋਕਣ ਦੇ ਫੈਸਲੇ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਇਹ ਹੁਕਮ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਹਿੰਦਾ ਕਿ ਹਰ ਕਮਰਸ਼ੀਅਲ ਲਾਇਸੈਂਸ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਫੈਡਰਲ ਆਡਿਟਾਂ ਵਿਚ ਹੋਰ ਰਾਜਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਲਾਇਸੈਂਸਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਰੱਦ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ। ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਰਕਾਰ ਪੁਰਾਣੇ ਨਿਯਮ ਨੂੰ ਪਿੱਛੇ ਲਾਗੂ ਕਰਕੇ ਫੰਡ ਨਹੀਂ ਰੋਕ ਸਕਦੀ।

# CAPITAL SERVICES

INSURANCE | VEHICLE REG. | IMMIGRATION | NOTARY PUBLIC | LIVE SCAN

ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ, ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ

AUTO · HOME · TRUCK · BUSINESS · LIFE · MEDICAL

## ਪਾਸਪੋਰਟ / ਵੀਜਾ

* ਓ ਸੀ ਆਈ
* ਸਰੈਂਡਰ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ, ਪੈਨ ਕਾਰਡ
* ਫੈਮਲੀ ਪਟੀਸ਼ਨ * ਗਰੀਨ ਕਾਰਡ
* ਸਿਟੀਜਨ * ਵਸੀਅਤ *Living Trust
* ਫੈਮਲੀ ਪਟੀਸ਼ਨ *Legal Documents

The Attorney has 25 years of experience in your favor for all legal services.

## Vehicle Registration

(Approved by CA DMV)

* ਕਾਰ ਸਟਿੱਕਰ ਸਲਾਨਾ
* ਕਾਰ ਟਰਾਂਸਫਰ
* ਪਲੇਟਾਂ ਤੇ ਸਟਿੱਕਰ
* ਕਮਰਸ਼ੀਅਲ ਵਹੀਕਲ
* Vin Verification

Lic.43779

## Other Services

* Live Scan / Fingerprints
* Covered California.
* Drug Testing * Alcohol Test
* Notary Services
* International Driver Lic.

Lic. 6000947



**Office Ph.(916) 427-4321**

6624 FLORIN ROAD, SACRAMENTO CA, 95828

FAX: 916)258-0441, Cell: (916)308-7997

Email: sacramento99@yahoo.com Website: www.capitalservices.us




CapitaL DRUG TESTING

# CAPITAL DRUG TESTING

## Drug and Alcohol Test

## DOT / NON DOT

**PRE EMPLOYMENT - RANDOM**
**POST ACCIDENT - REASONABLE SUSPICION**

**Services: DOT Random Prog., FMCSA Clearinghouse, DOT Supervisor Training, SAP Classes Etc.**



**Lab. Ph:(916) 680-9293**

6624 Florin Road
Sacramento CA, 95828

Email: capitaldrugtest@gmail.com
Website: www.capitaldrugtest.com

# JK TYRE INC

JK TYRE
TOTAL CONTROL

**KTD10-LEAO**
Radial Truck Tire (Long Haul)



295/75R22.5
$2600

With Installation
Singh: 510-766-9382

**JK JETSTEEL JDH**

SPECIAL OFFER !!



DRIVE TIRE
11R22.5-

With Installation
Singh: 510-766-9382

**Firestone FS591**

SPECIAL OFFER !!

STEER TIRE
295/75R22.5

With Installation
Singh: 510-766-9382



11R22.5

With Installation
Singh: 510-766-9382

**Sizes available in drive & trailer**

295/75/22.5
11r/22.5
11r/24.5
255/70/22.5
315/80/22.5
425/65/22.5

**JETWAY JTH 1**

SPECIAL OFFER !!



TRAILER TIRE
11R22.5-
11R24.5-

With Installation
Singh: 510-766-9382

**JETWAY JTH SD**

SPECIAL OFFER !!



TRAILER TIRE
295/75R22.5-

With Installation
Singh: 510-766-9382

**JK JETSTEEL JDL2**

SPECIAL OFFER !!



DRIVE TIRE
11R22.5-
11R24.5-
295/75R22.5-

With Installation
Singh: 510-766-9382



FALKEN TIRES
GOODYEAR
KELLY TIRES
BARKLEY Feel the difference
PIRELLI
MICHELIN A better way forward
BRIDGESTONE
Firestone
YOKOHAMA
PEARLY
NAMA
TOYO TIRES driven to perform
Continental
DUNLOP TIRES

# S. Singh Cell: (510) 766-9382

2955 N. Wilson Way Stockton , CA 95205

# Serving Californians since 1999

## Global Green®
INSURANCE AGENCY
Lic #oF34231

Mann Insurance Brokers Inc.
dba Global Green Insurance Agency of the Bay Area

**AUTO, HOME, BUSINESS, LIFE**

**510-487-1000**

WWW.GGIABA.COM

COVERED CALIFORNIA

## Certified INSURANCE AGENT

**Free Confidential Help**

Call : Gurcharan Singh Mann
CA License

## Medicare

Licensed Insurance Agent
CA Lic # 0C70672

**CALL TO ENROL**

**510-557-0061**

Buying OR Selling Real Estate Let US HELP

## MANN
Real Estate Services

BAY AREA, TRACY, LATHROP, ELK GROVE, ROSEVILLE, ROCKLIN, MOUNTAIN HOUSE

**510-557-0061**

Find your home on our website

**www.mannres.com**



Gurcharan Singh Mann
DRE#02321006

# ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਕਰੋੜਾਂ ਰੁਪਏ ਦੇ ਬਕਾਏ ਨਾ ਦੇਣ ਕਾਰਨ ਭਗਵੰਤ ਮਾਨ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਖੰਡ ਮਿੱਲ ਨੂੰ ਕੀਤਾ ਸੀਲ: ਲਾਲ ਚੰਦ ਕਟਾਰੂਚੱਕ

ਪਠਾਨਕੋਟ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਭਗਵੰਤ ਮਾਨ ਸਰਕਾਰ ਨੇ 2021-22 ਦੇ ਪਿੜਾਈ ਸੀਜ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਗੰਨੇ ਦੇ 27.74 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੇ ਬਕਾਏ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਨਾ ਕਰਨ ਕਾਰਨ ਰਾਣਾ ਗਰੁੱਪ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਹੇਠ ਚੱਲ ਰਹੀ ਫਗਵਾੜਾ ਸਥਿਤ ਗੋਲਡਨ ਸੰਧਰ ਸ਼ੂਗਰ ਮਿੱਲ ਨੂੰ ਸੀਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਖ਼ੁਰਾਕ, ਸਿਵਲ ਸਪਲਾਈ ਅਤੇ ਖ਼ਪਤਕਾਰ ਮਾਮਲੇ ਮੰਤਰੀ ਲਾਲ ਚੰਦ ਕਟਾਰੂਚੱਕ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਦੋਂ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਿਹਨਤ ਦੀ ਕਮਾਈ ਤੋਂ ਵਾਂਝਾ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਸਰਕਾਰ ਮੂਕ ਦਰਸ਼ਕ ਬਣ ਕੇ ਨਹੀਂ ਬੈਠ ਸਕਦੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦਿੱਤੀ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮਿੱਲ ਨੂੰ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦਾ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਕਰਨ ਜਾਂ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕਰਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਇੱਕ ਪ੍ਰੈੱਸ ਕਾਨਫਰੰਸ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਦਿਆਂ ਖ਼ੁਰਾਕ, ਸਿਵਲ ਸਪਲਾਈ ਅਤੇ ਖ਼ਪਤਕਾਰ ਮਾਮਲੇ ਮੰਤਰੀ ਲਾਲ ਚੰਦ ਕਟਾਰੂਚੱਕ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਭਗਵੰਤ ਮਾਨ ਸਰਕਾਰ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਹਿੱਤਾਂ ਦੀ ਰਾਖੀ ਲਈ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵਚਨਬੱਧ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਕੋਈ ਵੀ ਬੇਇਨਸਾਫ਼ੀ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗੀ।

2021-22 ਦੇ ਪਿੜਾਈ ਸੀਜ਼ਨ ਦੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ 27.74 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਦੇ ਬਕਾਏ ਨਾ ਚੁਕਾਉਣ ਕਾਰਨ ਫਗਵਾੜਾ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਵੱਲੋਂ ਰਾਣਾ ਗਰੁੱਪ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਹੇਠ ਚੱਲ ਰਹੀ ਗੋਲਡਨ ਸੰਧਰ ਸ਼ੂਗਰ ਮਿੱਲ ਨੂੰ ਸੀਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

"ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਕਿਸਾਨ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਆਪਣੀ ਮਿਹਨਤ ਦੀ ਕਮਾਈ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਰੀ ਰੋਸ ਪਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਜ਼ੋਰ ਦੇ ਕੇ ਕਿਹਾ, "ਕਿਸਾਨ ਸਖ਼ਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰਕੇ ਗੰਨੇ ਦੀ ਕਾਸ਼ਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਉਪਜ ਮਿੱਲਾਂ ਨੂੰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।



ਮਿੱਲ ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਦੀ ਇਹ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਬਣਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਖ਼ਰੀਦੀ ਗਈ ਫ਼ਸਲ ਦੀ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਅਦਾਇਗੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ।"

ਲਾਲ ਚੰਦ ਕਟਾਰੂਚੱਕ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਕਿਸਾਨ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰਕੇ ਫ਼ਸਲਾਂ ਉਗਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਮਿੱਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਫ਼ਸਲ ਖ਼ਰੀਦ ਕੇ ਪੈਸੇ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀ ਤਾਂ ਸਰਕਾਰ ਚੁੱਪ ਕਰਕੇ ਨਹੀਂ ਬੈਠ ਸਕਦੀ। ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਬਕਾਏ ਨਾ ਦੇਣ ਕਾਰਨ ਹੀ ਇਸ ਮਿੱਲ ਨੂੰ ਸੀਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਮੈਂ ਮਿੱਲ ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਕਰੋੜਾਂ ਰੁਪਏ ਦੇ ਬਕਾਏ ਤੁਰੰਤ ਜਾਰੀ ਕਰਨ।"

ਕਿਸਾਨਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਭਗਵੰਤ ਮਾਨ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਵਚਨਬੱਧਤਾ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਉਂਦਿਆਂ ਮੰਤਰੀ ਲਾਲ ਚੰਦ ਕਟਾਰੂਚੱਕ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਮਾਨ ਸਰਕਾਰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਖੜ੍ਹੀ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹਿੱਤਾਂ ਦੀ ਰਾਖੀ ਲਈ ਲਗਾਤਾਰ ਅਹਿਮ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲਏ ਹਨ। ਚਾਹੇ ਪਰਾਲੀ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਦਾ ਮੁੱਦਾ ਹੋਵੇ, ਝੋਨੇ ਅਤੇ ਕਣਕ ਦੀ ਖ਼ਰੀਦ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਨਹਿਰੀ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸਪਲਾਈ, ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਕਿਸਾਨੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਕਈ ਇਤਿਹਾਸਕ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲਏ ਹਨ।"

ਮੰਤਰੀ ਲਾਲ ਚੰਦ ਕਟਾਰੂਚੱਕ ਨੇ ਅੱਗੇ ਖ਼ੁਲਾਸਾ ਕੀਤਾ ਕਿ ਫਗਵਾੜਾ ਖੰਡ ਮਿੱਲ ਦੇ ਬਿਨਾਂ ਵੈਧ ਲਾਇਸੈਂਸ ਤੋਂ ਚੱਲਣ ਸਬੰਧੀ ਵੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈਆਂ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਜ਼ੋਰ ਦੇ ਕੇ ਕਿਹਾ, "ਲੋੜੀਂਦੇ ਲਾਇਸੈਂਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਖੰਡ ਮਿੱਲ ਚਲਾਉਣਾ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਹੈ। ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸ਼ਰਤਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮਿੱਲ ਨੂੰ ਚੱਲਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

'ਖ਼ੁਰਾਕ ਤੇ ਸਿਵਲ ਸਪਲਾਈ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕੀਤਾ, "ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦਾ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਕਰਨ ਜਾਂ ਕਾਨੂੰਨ ਨੂੰ ਛਿੱਕੇ ਟੰਗਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਦੇਵਾਂਗੇ। ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਹਿੱਤ ਭਗਵੰਤ ਮਾਨ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਤਰਜੀਹ ਬਣੇ ਰਹਿਣਗੇ, ਅਤੇ ਮਿੱਲ ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਬਕਾਏ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇਰੀ ਦੇ ਤੁਰੰਤ ਕਲੀਅਰ ਕੀਤੇ ਜਾਣ।'

# ਸ਼ਹੀਦ ਕਰਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸਰਾਭਾ ਤੇ ਛੇ ਸ਼ਹੀਦ ਸਾਥੀਆਂ ਬਾਰੇ ਸਚਿੱਤਰ ਕਿਤਾਬਚਾ ਲੋਕ ਅਰਪਣ

ਲੁਧਿਆਣਾ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਭਾਰਤ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਦੇ ਮਵਿਸ਼ਵ ਵਾਰਤਾਹਾਨ ਅਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਦੇ ਇਨਕਲਾਬੀ ਸੂਰਮੇ ਸ਼ਹੀਦ ਕਰਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸਰਾਭਾ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਅੱਜ ਦੇ ਦਿਨ ਹੀ ਸੈਂਟਰਲ ਜੇਲ੍ਹ ਲਾਹੌਰ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲੇ ਲਾਹੌਰ ਸਾਜ਼ਿਸ਼ ਕੇਸ ਵਿੱਚ ਫਾਂਸੀ ਚੜ੍ਹੇ ਸ਼ਹੀਦ ਵਿਸ਼ਨੂੰ ਗਣੇਸ਼ ਪਿੰਗਲੇ, ਭਾਈ ਹਰਨਾਮ ਸਿੰਘ ਸਿਆਲਕੋਟੀ, ਭਾਈ ਜਗਤ ਸਿੰਘ ਸੁਰ ਸਿੰਘ, ਪਿੰਡ ਗਿੱਲਵਾਲੀ (ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ) ਵਾਸੀ ਭਾਈ ਸੁਰੈਣ ਸਿੰਘ ਵੱਡਾ, ਭਾਈ ਸੁਰੈਣ ਸਿੰਘ ਛੋਟਾ ਤੇ ਭਾਈ ਬਖਸ਼ੀਸ਼ ਸਿੰਘ ਦੀ ਸ਼ਹਾਦਤ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਸਭਾ ਪੰਜਾਬੀ ਲੋਕ ਵਿਰਾਸਤ ਅਕਾਡਮੀ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੀ ਗਈ।

ਇਸ ਮੌਕੇ ਸੱਤ ਸ਼ਹੀਦਾਂ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਕਿਤਾਬਚਾ ਪ੍ਰੋ. ਗੁਰਭਜਨ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ, ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਤੋਂ ਆਏ ਉੱਘੇ ਲੇਖਕ ਸ. ਮੱਖਣ ਸਿੰਘ ਕੋਹਾੜ, ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ ਬਾਜਵਾ ਕਲਾਨੌਰ, ਪ੍ਰੋ. ਜੈਪਾਲ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਕੇਂਦਰੀ ਪੰਜਾਬੀ ਲੇਖਕ ਸਭਾ ਦੀ ਨਿਰਵਿਰੋਧ ਚੁਣੀ ਗਈ ਅਹੁਦੇਦਾਰ ਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਕਵਿੱਤਰੀ ਪ੍ਰੋ. ਸੁਰਿੰਦਰ ਜੈਪਾਲ ਵੱਲੋਂ ਲੋਕ ਅਰਪਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਹ ਕਿਤਾਬਚਾ ਗੁਰੂ ਹਰਗੋਬਿੰਦ ਖ਼ਾਲਸਾ ਕਾਲਿਜ ਗੁਰੂਸਰ ਸਧਾਰ ਵਿੱਚ ਇਤਿਹਾਸ ਦੇ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਡਾ. ਬਲਜੀਤ ਸਿੰਘ ਵਿਰਕ ਨੇ ਲਿਖਿਆ ਹੈ।

ਸ਼ਹੀਦਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਭੇਟ ਕਰਦਿਆਂ ਪੰਜਾਬੀ ਲੋਕ ਵਿਰਾਸਤ ਅਕਾਡਮੀ ਲੁਧਿਆਣਾ ਦੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਪ੍ਰੋ. ਗੁਰਭਜਨ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇੱਕ ਸਦੀ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਡੀ ਸਰਬਪੱਖੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਖਾਤਰ ਸ਼ਹੀਦ ਹੋਏ ਸੂਰਮੇ ਸਾਨੂੰ ਪੁੱਛਦੇ ਹਨ ਕਿ ਅਸਾਂ ਏਸ ਆਜ਼ਾਦੀ ਲਈ ਜਾਨਾਂ ਵਾਰੀਆਂ ਸਨ? ਸ਼ਾਇਦ ਨਹੀਂ। ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਮੌਕੇ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਸਾਡਾ ਮਿਸ਼ਨ ਸੀ ਪਰ ਉਹ ਸੁਪਨੇ ਕਿੱਧਰ ਗਏ? ਵਰਤਮਾਨ ਜਵਾਨੀ ਨੂੰ ਏਧਰ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਦਾਦਾ ਜੀ ਸ. ਬਦਨ ਸਿੰਘ ਗਰੇਵਾਲ ਨੇ ਆਪ ਨੂੰ ਏਅਰੋਨਾਟੀਕਲ ਇੰਜਨੀਰਿੰਗ ਤੇ ਕੈਮਿਸਟਰੀ ਦੀ ਉਚੇਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਲਈ ਅਮਰੀਕਾ ਦੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਆਫ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਬਰਕਲੇ ਵਿਖੇ ਪੜ੍ਹਨ ਭੇਜਿਆ ਪਰ ਏਥੇ ਪੜ੍ਹਦਿਆਂ ਆਪ ਦਾ ਸਬੰਧ ਇਸ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੇ ਇਨਕਲਾਬੀ ਸੋਚ ਧਾਰਨੀ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਲਾਲਾ ਹਰਦਿਆਲ ਜੀ ਨਾਲ ਹੋ ਗਿਆ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਰਾਹੀਂ ਦੇਸ਼ ਭਗਤ ਸੂਰਬੀਰਾਂ ਬਾਬਾ ਜਵਾਲਾ ਸਿੰਘ,ਬਾਬਾ ਵਸਾਖਾ ਸਿੰਘ ਤੇ ਬਾਬਾ ਸੋਹਣ ਸਿੰਘ ਭਕਨਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਹੋ ਗਿਆ। ਇਹੀ ਸਾਥ ਗ਼ਦਰ ਲਹਿਰ ਦਾ ਆਧਾਰ ਬਣਿਆ। ਗ਼ਦਰ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਉਹ ਸਭ ਤੋਂ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਸਨ। ਪ੍ਰੋ. ਗਿੱਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਗਦਰ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਅਖਬਾਰ

'ਗ਼ਦਰ' ਅਖ਼ਬਾਰ ਦੀ ਛਪਾਈ, ਸੰਪਾਦਨ ਤੇ ਲਗਪਗ 70 ਮੁਲਕਾਂ ਵਿੱਚ ਅਖ਼ਬਾਰ ਭੇਜਣ ਵਿੱਚ ਵੀ ਆਪ ਨੇ ਅਹਿਮ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਇਨਕਲਾਬੀਆਂ ਨੇ ਕਿਰਤ ਦੀ ਲੁੱਟ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਸੰਘਰਸ਼ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ। ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਇੱਕੋ ਜਹੇ ਮੌਕੇ ਗਦਰ ਲਹਿਰ ਦਾ ਮੁੱਖ ਮਨੋਰਥ ਸੀ। ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸਮਾਜਿਕ, ਰਾਜਨੀਤਕ ਤੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਲੈ ਕੇ ਆਪ ਅੰਤਰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਲਹਿਰਾਂ ਦੀ ਖੋਜ ਪੜਤਾਲ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਏ। ਬਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਕੇ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਕਰਨ ਦੀ ਥਾਂ ਆਪ ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਦੇਸ਼ ਪਰਤ ਕੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਲਿਆ।



ਪ੍ਰੋ. ਜੈਪਾਲ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਸਰਬਪੱਖੀ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਬਰਾਬਰ ਮੌਕੇ ਮਿਲਦੇ ਤਾਂ ਸਮਾਜਿਕ ਅਫਰਾ ਤਫਰੀ ਵੀ ਘੱਟ ਹੋਣੀ ਸੀ। ਸਮਾਜਿਕ ਆਰਥਿਕ, ਰਾਜਨੀਤਕ ਤੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਗਦਰ ਪਾਰਟੀ ਦਾ ਬੁਨਿਆਦੀ ਅਹਿਦਨਾਮਾ ਅੱਜ ਵੀ ਓਨਾ ਹੀ ਸਾਰਥਕ ਹੈ।

ਕੇਂਦਰੀ ਪੰਜਾਬੀ ਲੇਖਕ ਸਭਾ ਦੇ ਅਹੁਦੇਦਾਰ ਤੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਕਵੀ ਮੱਖਣ ਸਿੰਘ ਕੋਹਾੜ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੰਗੇ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੇ ਸੂਰਮਿਆਂ ਦੀ ਤ੍ਰੈ ਲੜੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਹੀਦ ਕਰਤਾਰ ਸਿੰਘ ਸਰਾਭਾ, ਸ਼ਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਤੇ ਸ਼ਹੀਦ ਊਧਮ ਸਿੰਘ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹਨ।

ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ ਬਾਜਵਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋ. ਸੁਰਿੰਦਰ ਜੈਪਾਲ ਨੇ ਵੀ ਜੰਗੇ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦੇ ਅੱਜ ਦੇ ਦਿਨ ਸ਼ਹੀਦ ਹੋਏ ਸੱਤ ਸੂਰਮਿਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਫੁੱਲ ਭੇਂਟ ਕੀਤੇ।

# 'ਗੈਂਗਸਟਰਾਂ 'ਤੇ ਵਾਰ' ਮੁਹਿੰਮ ਦਾ 299ਵਾਂ ਦਿਨ: ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਿਸ ਵੱਲੋਂ 563 ਥਾਈਂ ਛਾਪੇਮਾਰੀ, 199 ਕਾਬੂ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

'ਗੈਂਗਸਟਰਾਂ 'ਤੇ ਵਾਰ' ਮੁਹਿੰਮ ਦੇ 299ਵੇਂ ਦਿਨ ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਅੱਜ ਸੂਬੇ ਭਰ ਵਿੱਚ ਗੈਂਗਸਟਰਾਂ ਦੇ ਸਾਥੀਆਂ ਪਛਾਣੇ ਗਏ ਤੇ ਮੈਪ ਕੀਤੇ 563 ਟਿਕਾਣਿਆਂ 'ਤੇ ਛਾਪੇਮਾਰੀ ਕੀਤੀ। ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਗੈਂਗਸਟਰ-ਮੁਕਤ ਸੂਬਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ 'ਗੈਂਗਸਟਰਾਂ 'ਤੇ ਵਾਰ' ਇਹ ਅਹਿਮ ਮੁਹਿੰਮ ਹੈ , ਜਿਸ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਆਫ਼ ਪੁਲਿਸ (ਡੀਜੀਪੀ) ਗੌਰਵ ਯਾਦਵ ਵੱਲੋਂ 20 ਜਨਵਰੀ, 2026 ਨੂੰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਸੂਬੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ ਦੀਆਂ ਪੁਲਿਸ ਟੀਮਾਂ, 'ਐਂਟੀ-ਗੈਂਗਸਟਰ ਟਾਸਕ ਫੋਰਸ' ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਪੂਰੇ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮੁਹਿੰਮਾਂ ਚਲਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।299ਵੇਂ ਦਿਨ, ਪੁਲਿਸ ਟੀਮਾਂ ਨੇ 1 ਹਥਿਆਰ ਸਮੇਤ 199 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ; ਇਸ ਨਾਲ ਮੁਹਿੰਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਹੁਣ ਤੱਕ ਕੁੱਲ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 84,486 ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ 166 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਰੋਕਥਾਮ ਵਾਲੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਪੁਲਿਸ ਟੀਮਾਂ ਨੇ ਇਸ ਮੁਹਿੰਮ ਦੌਰਾਨ 5 ਭਗੌੜੇ ਅਪਰਾਧੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਆਮ ਲੋਕ, 'ਐਂਟੀ-ਗੈਂਗਸਟਰ ਹੈਲਪਲਾਈਨ' ਨੰਬਰ 93946-93946 'ਤੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਅਪਰਾਧੀਆਂ ਅਤੇ ਗੈਂਗਸਟਰਾਂ ਬਾਰੇ ਗੁਪਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਅਪਰਾਧਾਂ ਜਾਂ ਅਪਰਾਧਿਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਬਾਰੇ ਸੂਹ ਵੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ, ਪੁਲਿਸ ਟੀਮਾਂ ਨੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਆਪਣੀ ਮੁਹਿੰਮ 'ਯੁੱਧ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ' ਨੂੰ 624ਵੇਂ ਦਿਨ ਵੀ ਜਾਰੀ ਰੱਖਦਿਆਂ ਅੱਜ 153 ਨਸ਼ਾ ਤਸਕਰਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਬਜ਼ੇ ਵਿੱਚੋਂ 1.9 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ ਹੈਰੋਇਨ, 523 ਨਸ਼ੀਲੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ ਅਤੇ 3410 ਰੁਪਏ ਡਰੱਗ ਮਨੀ ਬਰਾਮਦ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ, ਸਿਰਫ਼ 624 ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਨਸ਼ਾ ਤਸਕਰਾਂ ਦੀ ਕੁੱਲ ਗਿਣਤੀ 93,074 ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਅੱਜ 33 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ਾ ਛੱਡਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕੀਤਾ ਹੈ।

# TAKE CONTROL OF YOUR HEALTH!

## PRIVATE, AFFORDABLE, & CONVENIENT

# 8000+ TESTS

**General Health, Food Allergy Testing, Paternity Testing, Hormone Testing, Diabetes Monitoring, STD Testing, & More!**

## NO INSURANCE? NO PROBLEM!

**WALK-INS WELCOME**



ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਾਲ ਕਰੋ : (209) 629-8282 | (209) 505-6384

Address: 119. Maple AVe, Suite A Manteca, CA 95336

# WHOLE HOME SOLAR & BATTERY
# STARTING AT $25,000

**For a standard 5kW Solar & 14kWh Battery system**

Roof or main panel upgrades not included



**Clear & Up-Front Pricing**

**High-Efficiency Components**

**Permits and Utility Approvals Included**

**Protect Existing NEM 2.0**
(Via Non-Export Configuration)

## CALL HARRY FOR A QUOTE | (925) 537-2732

Harkaran Singh (HIS Registration #167489 SP) AUTHORIZED REPRESENTATIVE FOR TSP SOLAR SALES AND SERVICES (DBA TSP ROOFING AND SOLAR)
CSLB Contractor License #1096233 • C-10 Electrical, C-39 Roofing, B-General Building
*Pricing & offer details vary by location & applicant.*

Gillson
TRUCKING INC

NOW HIRING
TRUCK DRIVERS
CLASS A CDL



- Signing Bonus
- Top pay
- Mileage Pay
- Great Benefits
- Over the Road or Local Routes
- Reefers and Dry Van Operations
- No touch freight



**SKILLS**
- Responsible truck driver.
- Experience with electronic equipment.
- Ability to travel regularly.
- Adaptivity and foresight to handle unexpected situations (traffic, weather conditions and roads, etc.)

**RESPONSIBILITIES**
- Safely operating assigned vehicles.
- The Vehicles are maintained and serviced as needed.
- Report any vehicle defects for repair.
- Make safety a priority at all times.
- Comply with standard federal laws and with company. policies and procedures.

**PAY**
- Average pay: $0.45-$0.60 cents/mile
- Weekly direct deposits
- Bonuses for clean inspections
- High mileage bonuses

**NEWER EQUIPMENT**

FREIGHTLINER AND VOLVO 2020 AND PRESENT
RESET PAY AWAY FROM TERMINALS- STOCKTON,. CA AND DAYTON, OHIO

Flexible Home Time
Pet Friendly
Rider Policy

SCAN QR CODE FOR
APPLY NOW

HEALTH BENEFITS
Health
Dental
Vision

1801 E Dr. Martin Luther King Jr. Blvd.
Stockton, CA 95205

925-400-9094 ext. 116, ext. 130 and ext. 144

info@teamgillson.com



GET IN TOUCH gillsontrucking company/gillsontrucking www.teamgillson.com




# ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਇਨਸੁਲਿਨ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ? ਆਈਆਈਟੀ ਕਾਨਪੁਰ ਦੀ ਖੋਜ ਨਾਲ ਜਾਗੀ ਨਵੀਂ ਉਮੀਦ

ਸ਼ੂਗਰ (ਡਾਇਬਟੀਜ਼) ਅੱਜ ਦੁਨੀਆ ਦੀਆਂ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧ ਰਹੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ। ਇਸ ਬਿਮਾਰੀ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ੂਗਰ ਦਾ ਪੱਧਰ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਇੱਕ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਇਨਸੁਲਿਨ ਹਾਰਮੋਨ ਦਾ ਲੋੜੀਂਦੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਨਾ ਬਣਨਾ ਜਾਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਵੱਲੋਂ ਇਨਸੁਲਿਨ ਪ੍ਰਤੀ ਸਹੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਨਾ ਦੇਣਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਇਨਸੁਲਿਨ ਰੇਜ਼ਿਸਟੈਂਸ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਨਸੁਲਿਨ ਪੈਨਕ੍ਰਿਆਜ਼ (ਅਗਨਾਸ਼ੇ) ਵੱਲੋਂ ਬਣਾਇਆ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਾਰਮੋਨ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕੰਮ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਗਲੂਕੋਜ਼ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਸਰੀਰ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਊਰਜਾ ਵਜੋਂ ਕਰ ਸਕੇ। ਪਰ ਜਦੋਂ ਸੈੱਲ ਇਨਸੁਲਿਨ ਦੇ ਸੰਕੇਤਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ, ਤਾਂ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਵਧਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ।

ਆਈਆਈਟੀ ਕਾਨਪੁਰ ਦੀ ਖੋਜ ਵਿੱਚ ਕੀ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ?

ਆਈਆਈਟੀ ਕਾਨਪੁਰ ਦੇ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਨਵੀਂ ਖੋਜ ਵਿੱਚ ਅਗਨਾਸ਼ੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਮੌਜੂਦ ਰੋਗ-ਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੇ ਸੈੱਲਾਂ ਅਤੇ ਇਨਸੁਲਿਨ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੇ ਬੀਟਾ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਬੰਧ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਇਆ ਹੈ। ਖੋਜ ਅਨੁਸਾਰ, ਅਗਨਾਸ਼ੇ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਮੈਕਰੋਫੇਜ ਨਾਮਕ ਰੋਗ-ਰੱਖਿਆ ਸੈੱਲ ਕੁਝ ਹੀ ਮਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਇਨਸੁਲਿਨ ਦੇ ਰਿਸਾਅ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਹੁਣ ਤੱਕ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਸੀ ਕਿ ਮੋਟਾਪੇ ਕਾਰਨ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਹਲਕੀ ਸੋਜ ਬੀਟਾ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਆਈਆਈਟੀ ਕਾਨਪੁਰ ਦੀ ਖੋਜ ਨੇ ਇੱਕ ਵੱਖਰੀ ਅਤੇ ਤੇਜ਼ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦਾ ਖੁਲਾਸਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਰੋਗ-ਰੱਖਿਆ ਸੈੱਲ ਸਿੱਧੇ ਬੀਟਾ ਸੈੱਲਾਂ ਨੂੰ ਸੰਕੇਤ ਭੇਜ ਕੇ ਇਨਸੁਲਿਨ ਦੇ ਰਿਸਾਅ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਖੋਜਕਰਤਾਵਾਂ ਨੇ ਪਾਇਆ ਕਿ ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਸਫਿੰਗੋਲਿਪਿਡਜ਼ ਨਾਮਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਚਰਬੀ ਦੇ ਅਣੂ ਸੰਦੇਸ਼ਵਾਹਕ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਮੈਕਰੋਫੇਜ ਸਰਗਰਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚਰਬੀ ਦੇ ਅਣੂਆਂ ਨੂੰ ਛੱਡਦੇ ਹਨ। ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਬੀਟਾ ਸੈੱਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਲੈ ਲੈਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇਨਸੁਲਿਨ ਛੱਡਣ ਵਾਲੀ ਜੈਵਿਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਜੀਪੀਆਰ-18 ਰਿਸੈਪਟਰ ਦੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ

ਇਸ ਖੋਜ ਵਿੱਚ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਜੀਪੀਆਰ-18 ਨਾਮਕ ਰਿਸੈਪਟਰ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਜੋ ਰੋਗ-ਰੱਖਿਆ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਯੋਗਾਂ ਦੌਰਾਨ ਜਦੋਂ ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਸਰਗਰਮ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਤਾਂ ਚੂਹਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਨਸੁਲਿਨ ਦਾ ਰਿਸਾਅ ਘਟ ਗਿਆ। ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ, ਜਦੋਂ ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਇਨਸੁਲਿਨ ਦਾ ਰਿਸਾਅ ਬਿਹਤਰ ਹੋਇਆ।

ਇਸ ਖੋਜ ਦੀ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਨੇ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਇੰਡੀਆਨਾ ਬਾਇਓਸਾਇੰਸਜ਼ ਰਿਸਰਚ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖੀ ਅਗਨਾਸ਼ੇ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਇਹ ਸੰਭਾਵਨਾ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੋਈ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਸਿਰਫ਼ ਪ੍ਰਯੋਗਸ਼ਾਲਾ ਦੇ ਚੂਹਿਆਂ ਤੱਕ ਹੀ ਸੀਮਤ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਨਵੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਉਮੀਦ

ਆਈਆਈਟੀ ਕਾਨਪੁਰ ਦੇ ਜੈਵਿਕ ਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਜੈਵਿਕ ਇੰਜੀਨੀਅਰਿੰਗ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਅਸਿਸਟੈਂਟ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਡਾ. ਸਾਈ ਪ੍ਰਸਾਦ ਪਾਇਡੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਇਹ ਖੋਜ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਸਿਮਰਨ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਆਸ਼ੀਸ਼ ਕੁਮਾਰ ਇਸ ਖੋਜ ਦੇ ਸਹਿ-ਪਹਿਲੇ ਲੇਖਕ ਹਨ। ਖੋਜ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਜਰਨਲ Journal of Clinical Investigation ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਹੋਏ ਹਨ।

ਇਸ ਖੋਜ ਨਾਲ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਹੈ, ਜੋ ਜੀਪੀਆਰ-18 ਰਿਸੈਪਟਰ, ਸਫਿੰਗੋਲਿਪਿਡਜ਼ ਜਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਚਰਬੀ ਦੇ ਅਣੂਆਂ ਦੇ ਬੀਟਾ ਸੈੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਦਾਖ਼ਲ ਹੋਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰ ਸਕਣ। ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੋਟਾਪੇ ਅਤੇ ਟਾਈਪ-2 ਡਾਇਬਟੀਜ਼ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਇਨਸੁਲਿਨ ਦੇ ਉਤਪਾਦਨ ਅਤੇ ਰਿਸਾਅ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇਹ ਖੋਜ ਲਾਭਦਾਇਕ ਸਾਬਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਹਾਲਾਂਕਿ, ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਅਜੇ ਇਸ ਖੋਜ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਕੋਈ ਨਵੀਂ ਦਵਾਈ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਅੱਗੇ ਵਿਆਪਕ ਪ੍ਰਯੋਗਾਂ, ਕਲੀਨਿਕਲ ਟਰਾਇਲਾਂ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਬੰਧੀ ਅਧਿਐਨਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

ਆਈਆਈਟੀ ਕਾਨਪੁਰ ਦੀ ਇਹ ਖੋਜ ਸ਼ੂਗਰ ਦੇ ਕਾਰਨਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਦਮ ਹੈ। ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਰੀਰ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਰੋਗ-ਰੱਖਿਆ ਸੈੱਲ ਵੀ ਕਈ ਵਾਰ ਇਨਸੁਲਿਨ ਦੇ ਆਮ ਰਿਸਾਅ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਜੇਕਰ ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਫਲਤਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਸ਼ੂਗਰ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਨਵੀਆਂ ਸੰਭਾਵਨਾਵਾਂ ਖੁੱਲ੍ਹ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
















- ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਨੁਕਸਾਨ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ
- ਕਾਰਪੇਟ ਅਤੇ ਫਰਨੀਚਰ ਸੁਕਾਉਣਾ
- ਛੱਤ ਅਤੇ ਕੰਧਾਂ ਦੀ ਉੱਲੀ (Mold) ਹਟਾਉਣਾ
- Insurance ਕੰਪਨੀ ਨਾਲ ਕਲੇਮ ਦਵਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ







ਅਸੀਂ Mt.House, Tracy, Lathrop, Stockton, Manteca, Ripon, Modesto, Ceres ਅਤੇ Turlock ਤੱਕ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ

2275 N Mac Arthur Dr Tracy, CA 95376

CONTACT FOR MORE INFORMATION
DEEPINDER MAHAL
President
Office (209) 834-0200
Cell (408) 963-7702

# Pal Films Production

*All Your Photo/Videography & Post Production needs Under One Roof*









Music Video | Pre Shoots | Weddings | Birthdays
Graduations | Stage Shows Or Any Kind Of Events
Customize Photobooks (upto 6 feet)
Video Editing VFX/DI/CC & Much More....



(925) 489-3400, (341) 356-1517

palfilms925@gmail.com www.thepalfilms.com

# ATWAL
## IMMIGRATION SERVICES

ATWAL
TAX & IMMIGRATION
— SERVICES —

- FAMILY PETITIONS
- NATURALIZATION (US CITIZENSHIP)
- GREEN CARD RENEW
- WORK PERMIT RENEW
- AFFIDAVIT OF SUPPORT
- INDIAN AND US PASSPORT RENEW
- INDIAN VISA
- OCI
- E-VISA
- INDIAN PASSPORT SURRENDER



ਦੇਰ ਨਾ ਕਰੋ, ਹੁਣੇ ਮਿਲੋ TAX ਅਤੇ ਹੋਰ ਵਧੇਰੀਆਂ
IMMIGRATION SERVICES ਲਈ



TONY
ATWAL

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਸੀਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ
iservice1416@gmail.com

ਜਾਂ ਫ਼ਿਰ ਸਾਡੀ WEBSITE
www.atwaltaximmigrationservices.com

ADDRESS 1
119 N Maple Ave, Ste B,Manteca, CA,95336 Manteca
(209) 505-6384

ADDRESS 2
2800 Mitchell Rd,Ste.W,Ceres ,CA 95307, Ceres
(209) 568-9682

# ਕੀ ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਇਲਾਜ਼ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ?




ਅੱਜ ਦੀ ਤੇਜ਼ ਰਫ਼ਤਾਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਵੱਧਣਾ ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਚਿੰਤਾ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਬਣਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਆਧੁਨਿਕ ਮੈਡੀਕਲ ਵਿਗਿਆਨ ਨੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ, ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਇਲਾਜ਼ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਅਦਭੁੱਤ ਤਰੱਕੀ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਮਨੁੱਖ ਤਣਾਅ, ਚਿੰਤਾ, ਉਦਾਸੀ, ਇਕੱਲੇਪਣ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਪੀੜਾ ਵਰਗੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਜੂਝ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅਜੋਕੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਆਧੁਨਿਕ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਵੱਲ ਵੀ ਰੁਖ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਸ਼ਾਂਤੀ, ਅੰਦਰੂਨੀ ਤਾਕਤ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਜਿਉਣ ਦਾ ਨਵਾਂ ਹੌਸਲਾ ਮਿਲ ਸਕੇ। ਇੱਥੇ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਵਾਲ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਇਲਾਜ਼ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਦਾ ਅਰਥ ਕੇਵਲ ਧਾਰਮਿਕ ਰਸਮਾਂ, ਪੂਜਾ-ਪਾਠ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਧਰਮ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਣਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਇਹ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰਲੇ ਮਨ ਨਾਲ ਜੁੜਨ, ਪਰਮਾਤਮਾ ਜਾਂ ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ ਸਾਂਝ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਅਸਲ ਉਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੀ ਇੱਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਮਨੁੱਖ ਅੰਦਰ ਸ਼ਾਂਤੀ, ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ, ਦਇਆ, ਸਬਰ, ਸੰਤੋਖ, ਸ਼ੁਕਰਾਨੇ ਅਤੇ ਆਤਮ-ਚਿੰਤਨ ਵਰਗੇ ਗੁਣਾਂ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸਿਮਰਨ, ਅਰਦਾਸ, ਧਿਆਨ, ਯੋਗ ਤੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਮਾਰਨ ਵਰਗੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਗੱਲ ਹੁਣ ਵਿਗਿਆਨਕ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਵੀ ਸਮਝੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਮਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਡੂੰਘਾ ਸਬੰਧ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਵਿਚਾਰ, ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਥਿਤੀ ਸਾਡੀ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਬਣਿਆ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਤਣਾਅ, ਡਰ, ਗੁੱਸਾ ਅਤੇ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਨੀਂਦ ਵਿੱਚ ਵਿਘਨ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਵਧਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ ਮਨ ਦੀ ਸ਼ਾਂਤੀ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਸੰਤੁਲਨ ਅਤੇ ਆਸ਼ਾਵਾਦੀ ਨਜ਼ਰੀਆ ਸਮੁੱਚੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਲਾਹੇਵੰਦ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਧਿਆਨ, ਸਿਮਰਨ ਅਤੇ ਡੂੰਘੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਦੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਤਣਾਅ ਘਟਾਉਣ, ਨੀਂਦ ਸੁਧਾਰਨ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਸੁਚੱਜਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਦਾ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਲਾਭ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਔਖੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਉਮੀਦ ਅਤੇ ਹੌਸਲਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਜੂਝ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਡਰ, ਅਨਿਸ਼ਚਿਤਤਾ ਅਤੇ ਬੇਵੱਸੀ ਵਰਗੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣਾ ਸੁਭਾਵਿਕ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਅਰਦਾਸ, ਸਿਮਰਨ ਅਤੇ ਆਸਥਾ ਉਸ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਹਾਰਾ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਇਲਾਜ਼ ਦੌਰਾਨ ਹੌਸਲਾ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ, ਔਖੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਪ੍ਰਤੀ ਆਸ਼ਾਵਾਦੀ ਰਹਿਣ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਧੀਰਜ ਪੈਦਾ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਲੜਨ ਦਾ ਸਫ਼ਰ ਕੁਝ ਹੱਦ ਤੱਕ ਆਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਵਿਗਿਆਨਕ ਖੋਜਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ, ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੇ ਆਪਸੀ ਸਬੰਧਾਂ ਦਾ ਅਧਿਐਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕਈ ਅਧਿਐਨਾਂ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਧਿਆਨ, ਮਾਈਂਡਫੁਲਨੈੱਸ ਅਤੇ ਆਰਾਮ ਦੀਆਂ ਤਕਨੀਕਾਂ ਤਣਾਅ ਘਟਾਉਣ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਦੇ ਕੁਝ ਪਹਿਲੂਆਂ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਧਾਰਮਿਕ ਅਤੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਮਾਜਿਕ ਸਹਿਯੋਗ, ਸਾਥ ਅਤੇ ਹੌਸਲਾ ਵੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਹਾਰਾ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਜੂਝ ਰਹੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਸੁਚੱਜਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਡਾਕਟਰੀ ਇਲਾਜ਼ ਦਾ ਬਦਲ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ, ਜੈਨੇਟਿਕ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, ਪੋਸ਼ਕ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਘਾਟ, ਸੱਟਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਰੀਰਕ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਲਈ ਸਹੀ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਢੁੱਕਵਾਂ ਇਲਾਜ਼ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਅਜੇ ਤੱਕ ਅਜਿਹਾ ਕੋਈ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਵਿਗਿਆਨਕ ਸਬੂਤ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜੋ ਇਹ ਸਾਬਤ ਕਰਦਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਕੇਵਲ ਅਰਦਾਸ, ਸਿਮਰਨ ਜਾਂ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਅਭਿਆਸਾਂ ਨਾਲ ਕੈਂਸਰ, ਸ਼ੂਗਰ ਜਾਂ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਠੀਕ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਦੇ ਭਰੋਸੇ ਦਵਾਈਆਂ ਛੱਡ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਨੂੰ ਅਣਡਿੱਠਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਉਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਲਈ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਸਾਬਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਦੀ ਅਸਲ ਮਹੱਤਤਾ ਆਧੁਨਿਕ ਮੈਡੀਕਲ ਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਪੂਰਕ ਵਜੋਂ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਡਾਕਟਰੀ ਇਲਾਜ਼ ਸਰੀਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਮਨ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਤੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਤਾਕਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਤੀ ਇੱਕ ਸੰਤੁਲਿਤ ਨਜ਼ਰੀਆ ਵਿਕਸਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਡਾਕਟਰ ਦਵਾਈਆਂ, ਸਰਜਰੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵਿਗਿਆਨਕ ਤਰੀਕਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਇਲਾਜ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਦਕਿ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਅਭਿਆਸ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਡਰ, ਤਣਾਅ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਪੀੜਾ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੋਵੇਂ ਪਹੁੰਚਾਂ ਆਪਣੀ-ਆਪਣੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਦਾ ਇੱਕ ਹੋਰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਪੱਖ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ 'ਤੇ ਇਸ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਸਵੈ-ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ, ਸ਼ੁਕਰਾਨੇ, ਦਇਆ ਅਤੇ ਸੁਚੇਤ ਜੀਵਨ-ਜਾਚ ਨੂੰ ਅਪਣਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਅਕਸਰ ਆਪਣੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਵਧੇਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਖਾਣ-ਪੀਣ, ਨੀਂਦ, ਸਰੀਰਕ ਕਸਰਤ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵੱਲ ਵਧੇਰੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਲੱਗਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਿਹਤਮੰਦ ਆਦਤਾਂ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਸਿਹਤ ਦਾ ਅਰਥ ਕੇਵਲ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਣਾ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਸਰੀਰਕ, ਮਾਨਸਿਕ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਹੋਣਾ ਹੈ। ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਅਰਥਪੂਰਨ ਜੀਵਨ ਜਿਉਣ ਲਈ ਕੇਵਲ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਸ਼ਾਂਤੀ, ਪਿਆਰ, ਉਮੀਦ, ਉਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਦੀ ਵੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸ਼ਾਇਦ ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਹਰ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਠੀਕ ਨਾ ਕਰ ਸਕੇ, ਪਰ ਇਹ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਕਈ ਜ਼ਖ਼ਮਾਂ ਨੂੰ ਭਰਨ ਵਿੱਚ ਜ਼ਰੂਰ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ਼ ਕੇਵਲ ਦਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਰੀਰਕ ਦਰਦ ਨੂੰ ਖ਼ਤਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੀ ਪਰ ਦਰਦ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਹੌਸਲੇ ਅਤੇ ਸਬਰ ਨਾਲ ਕਰਨਾ ਸਿਖਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਲੰਬੀ ਉਮਰ ਦੀ ਗਾਰੰਟੀ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀ ਪਰ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਸ਼ਾਂਤਮਈ, ਸੰਤੁਲਿਤ ਅਤੇ ਅਰਥਪੂਰਨ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਅੰਤ ਵਿੱਚ, ਸਹੀ ਪਹੁੰਚ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਮੈਡੀਕਲ ਵਿਗਿਆਨ ਨੂੰ ਨਕਾਰ ਦੇਈਏ ਜਾਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਵਿਸ਼ਵਾਸਾਂ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੋ ਜਾਈਏ। ਇਸ ਦੀ ਬਜਾਏ ਸਾਨੂੰ ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਦੀ ਸਿਆਣਪ ਅਤੇ ਆਧੁਨਿਕ ਮੈਡੀਕਲ ਵਿਗਿਆਨ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਨੂੰ ਇਕੱਠੇ ਲੈ ਕੇ ਚੱਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਿਹਤਮੰਦ ਸਰੀਰ, ਸ਼ਾਂਤ ਮਨ ਅਤੇ ਦਿਆਲੂ ਹਿਰਦਾ ਹੀ ਸੰਤੁਲਿਤ ਜੀਵਨ ਦੀ ਅਸਲ ਨੀਂਹ ਹਨ। ਦਵਾਈ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਇਲਾਜ਼ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਦਕਿ ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ ਉਸ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਅੰਦਰੂਨੀ ਤਾਕਤ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਉਸ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਜੂਝ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਸਵਾਲ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਿ ਦਵਾਈ ਵੱਡੀ ਹੈ ਜਾਂ ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ, ਸਗੋਂ ਅਸਲ ਸਮਝਦਾਰੀ ਇਸ ਗੱਲ ਵਿੱਚ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਦੋਵਾਂ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਪਛਾਣੀਏ। ਕਿਉਂਕਿ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਇਲਾਜ਼ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਅਤੇ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਸਕੂਨ ਦੀ।






# SUNSHINE AUTO CARE INC

## WE REPAIR ALL"

AUTO • DIESEL TRUCKS • TRAILERS

All Makes & Models



## FULL SERVICE AUTO & DIESEL REPAIR

- Engine Diagnostics
- Brake Service
- Suspension & Steering
- Diesel Truck Repair
- Trailer Repair

*Reliable • Professional • Fast Service*

1003 MOFFAT BLVD.• MANTECA, CA 95336

209-239-1551

Arrested ?
DUI ?
Drug Charges ?
Gun Violation ?

# Ghuman Law Group

## Get the Legal Defence you Deserve.



### Why Choose Us?

- ✓ Trusted Legal Experts
- ✓ Personalized Strategies
- ✓ Proven Track Record

### Criminal Defence Law

- DUI / DWI Defense
- Drug Charges
- Domestic Violence Defense
- Assault & Battery Defense
- Theft / Fraud / Financial Crimes
- Probation Violations

### Contact Us

info@ghumanlawgroup.com
ghumanlawgroup.org
+1 228-200-0001

# INDERJIT S. TOOR
## CONSTRUCTION INC.




INDERJIT S. TOOR
CONSTRUCTION INC.
LIC# 842324

ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਨਵਾਂ ਘਰ ਜਾਂ ਵਪਾਰਕ ਇਮਾਰਤ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹੋ?

ਹੋਟਲ | ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ | ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੇ ਦਫ਼ਤਰ
ਅਤੇ ਗੈਸ ਸਟੇਸ਼ਨਾਂ ਦੇ ਨਿਰਮਾਣ ਕਾਰਜਾਂ ਲਈ
**INDERJIT S. TOOR**
Construction
ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

Location : Northern California

ਤੁਹਾਡੀ ਸਮੱਸਿਆ, ਸਾਡਾ ਹੱਲ !

HARINDER S. TOOR CEO | (209) 404-4063

htoor@toorinc.com | www.ToorInc.com

2351 Tenaya Dr. Ste D, Modesto, CA 95354

# ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦਾ ਡਿਜ਼ੀਟਲ ਰੂਪ



ਬਰਜਿੰਦਰ ਕੌਰ ਬਿਸਰਾਓ
99889-01324

ਭਾਸ਼ਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੌਮ ਦੀ ਪਛਾਣ, ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਵਿਰਾਸਤ ਦਾ ਅਨਮੋਲ ਸਰਮਾਇਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਸਿਰਫ਼ ਗੱਲਬਾਤ ਦਾ ਸਾਧਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਸਗੋਂ ਇਹ ਸਾਡੇ ਵਿਰਸੇ, ਸਾਡੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ, ਸਾਡੇ ਇਤਿਹਾਸ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਜਜ਼ਬਾਤਾਂ ਦੀ ਤਰਜਮਾਨੀ ਵੀ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦਾ ਆਪਣਾ ਅਮੀਰ ਸਾਹਿਤਕ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਇਤਿਹਾਸ ਹੈ। ਗੁਰੂਆਂ, ਪੀਰਾਂ, ਫ਼ਕੀਰਾਂ, ਸੂਫ਼ੀ ਸੰਤਾਂ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤਕਾਰਾਂ ਨੇ ਇਸ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਅਜਿਹੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਬਖ਼ਸ਼ੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਉੱਤੇ ਹਰ ਪੰਜਾਬੀ ਨੂੰ ਮਾਣ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਅੱਜ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੇ ਬਦਲਦੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਰਹੀ ਹੈ। ਸਵਾਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਡਿਜ਼ੀਟਲ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਦਾ ਭਵਿੱਖ ਕਿੰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?

ਇੱਕ ਸਮਾਂ ਸੀ ਜਦੋਂ ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦਾ ਪ੍ਰਚਾਰ ਕਿਤਾਬਾਂ, ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ, ਰਸਾਲਿਆਂ, ਰੇਡੀਓ ਅਤੇ ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ ਰਾਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਲੇਖਕਾਂ ਦੀਆਂ ਰਚਨਾਵਾਂ ਪਾਠਕਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਲਈ ਲੰਮਾ ਸਮਾਂ ਲੈਂਦੀਆਂ ਸਨ, ਪਰ ਅੱਜ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਨੇ ਇਸ ਸਾਰੇ ਪਾੜੇ ਨੂੰ ਖ਼ਤਮ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਫੇਸਬੁੱਕ, ਯੂਟਿਊਬ, ਇੰਸਟਾਗ੍ਰਾਮ ਅਤੇ ਵਟਸਐਪ ਵਰਗੇ ਮਾਧਿਅਮਾਂ ਨੇ ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਹਰ ਕੋਨੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਵਸਦੇ ਪੰਜਾਬੀ ਵੀ ਆਪਣੀ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਵਿੱਚ ਲਿਖ ਕੇ, ਬੋਲ ਕੇ ਅਤੇ ਵੀਡੀਓਜ਼ ਬਣਾ ਕੇ ਆਪਣੀਆਂ ਅਗਲੀਆਂ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਰਸੇ ਨਾਲ ਜੋੜ ਰਹੇ ਹਨ। ਹੁਣ ਕਿਸੇ ਲੇਖਕ ਦੀ ਰਚਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਅਖ਼ਬਾਰ ਜਾਂ ਰਸਾਲੇ ਤੱਕ ਸੀਮਤ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ, ਸਗੋਂ ਕੁਝ ਹੀ ਪਲਾਂ ਵਿੱਚ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਲੋਕਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਡਿਜ਼ੀਟਲ ਯੁੱਗ ਨੇ ਪੰਜਾਬੀ ਲੇਖਕਾਂ, ਕਵੀਆਂ ਅਤੇ ਸਾਹਿਤਕਾਰਾਂ ਲਈ ਵੀ ਨਵੇਂ ਰਾਹ ਖੋਲ੍ਹੇ ਹਨ। ਹੁਣ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ, ਕਵਿਤਾਵਾਂ, ਕਹਾਣੀਆਂ ਅਤੇ ਲੇਖ ਆਨਲਾਈਨ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪੰਜਾਬੀ ਦੇ ਆਨਲਾਈਨ ਅਖ਼ਬਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸਾਹਿਤਕ ਮੈਗਜ਼ੀਨਾਂ ਨੇ ਨਵੇਂ ਲੇਖਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਤਿਭਾ ਦਿਖਾਉਣ ਲਈ ਮੰਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਪੰਜਾਬੀ ਟਾਈਪਿੰਗ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ, ਯੂਨੀਕੋਡ ਫੌਂਟਾਂ ਅਤੇ ਵੌਆਇਸ (ਬੋਲ ਕੇ) ਟਾਈਪਿੰਗ ਨੇ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਲਿਖਣਾ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਕਿਤੇ ਸੌਖਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਹੁਣ ਪੰਜਾਬੀ ਲਿਖਣ ਲਈ ਕਿਸੇ ਖ਼ਾਸ ਕੰਪਿਊਟਰ ਜਾਂ ਟਾਈਪਿੰਗ ਮਾਹਿਰ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਰਹੀ।

ਪਰ ਇਸ ਤਸਵੀਰ ਦਾ ਦੂਜਾ ਪਾਸਾ ਵੀ ਵਿਚਾਰਨਯੋਗ ਹੈ ਜੋ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਦੀ ਸ਼ੁੱਧਤਾ ਲਈ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਸਾਬਤ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਉੱਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤਾਂ ਵਧੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਦੀ ਸ਼ੁੱਧਤਾ ਅਤੇ ਮਿਆਰੀ ਰੂਪ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਕਈ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਵੀ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਅੱਜ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਨੌਜਵਾਨ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਣਾ ਤਾਂ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਲਿਖਣ ਸਮੇਂ ਗੁਰਮੁਖੀ ਲਿਪੀ ਦੀ ਥਾਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅੱਖਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਲਿਖਣ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ 'ਸਤਿ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ' ਦੀ ਥਾਂ 'ਸ਼ਓਟ ਸ਼ਰਿ ਅਕਓਲ' ਅਤੇ 'ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਹੋ?' ਦੀ ਥਾਂ 'ਠੁਸਿ ਕਿਵਏ ਹੋ?' ਲਿਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਗੁਰਮੁਖੀ ਲਿਪੀ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਦੀ ਆਦਤ ਘਟਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕ ਨਹੀਂ ਕਿ ਰੋਮਨ ਲਿਪੀ ਰਾਹੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਲਿਖਣਾ ਸੰਚਾਰ ਦਾ ਸੌਖਾ ਤਰੀਕਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਜੇਕਰ ਨਵੀਂ ਪੀੜ੍ਹੀ ਗੁਰਮੁਖੀ ਪੜ੍ਹਨ ਅਤੇ ਲਿਖਣ ਤੋਂ ਹੀ ਦੂਰ ਹੋ ਗਈ ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਸਾਹਿਤਕ ਵਿਰਸਾ ਅਗਲੀਆਂ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਤੱਕ ਕਿਵੇਂ ਪਹੁੰਚੇਗਾ? ਇੱਕ ਹੋਰ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਬੇਲੋੜੀ ਵਰਤੋਂ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲਦਿਆਂ ਜਾਂ ਲਿਖਦਿਆਂ ਅਸੀਂ ਅਜਿਹੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸ਼ਬਦ ਵਰਤਦੇ ਹਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੁੰਦਰ ਪੰਜਾਬੀ ਬਦਲ ਮੌਜੂਦ ਹਨ ਪਰ ਨਵੀਂ ਪੀੜ੍ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਅਣਜਾਣ ਹੀ ਅੱਗੇ ਵਧ ਰਹੀ ਹੈ। ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਦਾ ਇੱਕ-ਦੂਜੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਅਪਣਾਉਣਾ ਕੁਦਰਤੀ ਵਰਤਾਰਾ ਹੈ, ਪਰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਸੌਖੇ ਅਤੇ ਪ੍ਰਚੱਲਿਤ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਬੁੱਝ ਕੇ ਛੱਡ ਦੇਣਾ ਠੀਕ ਨਹੀਂ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਉੱਤੇ ਜਲਦੀ ਵਿੱਚ ਲਿਖੇ ਜਾਂਦੇ ਸੁਨੇਹਿਆਂ ਕਾਰਨ ਸ਼ਬਦ-ਜੋੜਾਂ ਅਤੇ ਵਿਆਕਰਨ ਦੀਆਂ ਗ਼ਲਤੀਆਂ ਆਮ ਹੋ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ ਪੰਜਾਬੀ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਅਰਥ ਹੀ ਬਦਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੀ ਵਾਰ ਤਾਂ ਏ ਆਈ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਛਾਪੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚ 'ਡ' ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ 'ੜ' ,'ਏ' ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ 'ਵ' ਅਤੇ ਹੋਰ ਅਨੇਕਾਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਨਾਂ ਪੜ੍ਹਦੇ ਹਾਂ ਜੋ ਸਾਡੀ ਮਾਂ ਬੋਲੀ ਪੰਜਾਬੀ ਦਾ ਚਿਹਰਾ ਕਰੂਪ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

ਡਿਜ਼ੀਟਲ ਵਿਕਾਸ ਨੇ ਪੰਜਾਬੀ ਪੜ੍ਹਨ ਦੀ ਰੁੱਚਿਕਤਾ ਉੱਤੇ ਬਹੁਤ ਬੁਰਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਇਆ ਹੈ। ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਵਿੱਚ ਜਾ ਕੇ ਖੋਜ ਕਰਕੇ ਪੁਰਾਤਨ ਸਾਹਿਤ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਦਾ ਰਿਵਾਜ ਮੋਬਾਈਲ ਅਤੇ ਗੂੱਗਲ ਤੇ ਲੱਭਣ ਤੱਕ ਸੀਮਤ ਰਹਿ ਗਿਆ ਹੈ। ਸਵੇਰ ਦੀ ਚਾਹ ਨਾਲ ਅਖ਼ਬਾਰ ਪੜ੍ਹਨ ਦੀ ਥਾਂ ਮਿੰਟ ਮਿੰਟ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਡਿਜ਼ੀਟਲ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਹਰ ਪਲ ਸਾਡੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਗਈ ਹੈ। ਅੱਜ ਰੀਲਾਂ ਅਤੇ ਛੋਟੀਆਂ ਵੀਡੀਓਜ਼ ਦੇ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਨ ਦੀ ਰੁਚੀ ਵੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ। ਲੋਕ ਲੰਮੇ ਲੇਖ ਜਾਂ ਕਿਤਾਬ ਪੜ੍ਹਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਕੁਝ ਸਕਿੰਟਾਂ ਦੀ ਵੀਡੀਓ ਦੇਖ ਕੇ ਅੱਗੇ ਵਧਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਗੰਭੀਰ ਸਾਹਿਤ, ਪੰਜਾਬੀ ਕਹਾਣੀਆਂ, ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਧਾਰਕ ਲੇਖਾਂ ਦੇ ਪਾਠਕਾਂ ਸਾਹਮਣੇ ਨਵੀਆਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਪੈਦਾ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਅਖ਼ਬਾਰ ਪੜ੍ਹਨ ਦੀ ਰੁਚੀ ਘਟ ਰਹੀ ਹੈ। ਲੋੜ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਹੈ ਕਿ ਡਿਜੀਟਲ ਮਾਧਿਅਮਾਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਮਨੋਰੰਜਨ ਤੱਕ ਸੀਮਤ ਨਾ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ, ਸਗੋਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਰਾਹੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ, ਇਤਿਹਾਸ, ਲੋਕ-ਗੀਤਾਂ, ਲੋਕ-ਕਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਅਲੋਪ ਹੋ ਰਹੇ ਪੰਜਾਬੀ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਚਾਰ ਵੀ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਸੰਦਰਭ ਵਿੱਚ ਆਰਟੀਫਿਸ਼ਲ ਇੰਟੈਲੀਜੈਂਸ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਅੱਜ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਰਾਹੀਂ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ, ਲਿਖਤ ਤਿਆਰ ਕਰਨ, ਆਵਾਜ਼ ਨੂੰ ਲਿਖ਼ਤ ਵਿੱਚ ਬਦਲਣ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਨਵੇਂ ਮੌਕੇ ਮਿਲ ਰਹੇ ਹਨ। ਪਰ ਇਸ ਟੈਕਨਾਲੋਜੀ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਦੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ, ਮੁਹਾਵਰਿਆਂ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਸੰਦਰਭਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਕਰਨਾ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਮਿਆਰੀ ਡਿਜੀਟਲ ਸਰੋਤ ਤਿਆਰ ਕਰਨ, ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਪੁਸਤਕਾਂ ਨੂੰ ਡਿਜੀਟਲ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸੰਭਾਲਣ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਨਵੀਂ ਤਕਨੀਕੀ ਸ਼ਬਦਾਵਲੀ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਪੰਜਾਬੀ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਨੂੰ ਡਿਜੀਟਲ ਦੁਨੀਆ ਵਿੱਚ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਿਰਫ਼ ਸਰਕਾਰ ਜਾਂ ਸਿੱਖਿਆ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਹਰ ਪੰਜਾਬੀ ਦਾ ਫ਼ਰਜ਼ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਮਾਪੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬੀ ਦੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਗੁਰਮੁਖੀ ਲਿਖਣ ਦੀ ਆਦਤ ਪਾਉਣ। ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇ ਵਜੋਂ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਜੀਵਨ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਜੋਂ ਪੜ੍ਹਾਇਆ ਜਾਵੇ। ਲੇਖਕਾਂ ਅਤੇ ਸਾਹਿਤਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ ਰਚਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਡਿਜੀਟਲ ਮਾਧਿਅਮਾਂ ਰਾਹੀਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪਾਠਕਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣ।

ਆਰਟੀਫਿਸ਼ਲ ਇੰਟੈਲੀਜੈਂਸ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਹੋਰ ਸੁਧਾਰਨ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬੀ ਦੇ ਸ਼ੁੱਧ ਸ਼ਬਦ-ਜੋੜਾਂ, ਸਹੀ ਮਾਤਰਾਵਾਂ, ਵਿਆਕਰਨ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਮੁਹਾਵਰਿਆਂ ਦੀ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਪੰਜਾਬੀ ਦੇ ਵਿਦਵਾਨਾਂ, ਭਾਸ਼ਾ ਮਾਹਿਰਾਂ, ਸਾਹਿਤਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਖੋਜਕਾਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ੁੱਧ ਪੰਜਾਬੀ ਲਿਖ਼ਤਾਂ ਦਾ ਡਿਜ਼ੀਟਲ ਭੰਡਾਰ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਏ ਆਈ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੀਆਂ ਗ਼ਲਤੀਆਂ ਨੂੰ ਭਾਸ਼ਾ ਮਾਹਿਰਾਂ ਦੁਆਰਾ ਠੀਕ ਕਰਕੇ ਉਸ ਦੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਸਿਖਲਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ। ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਗੁਰਮੁਖੀ ਦੀਆਂ ਲਗਾਂ-ਮਾਤਰਾਂ, ਅੱਧਕ, ਬਿੰਦੀ, ਟਿੱਪੀ ਅਤੇ ਪੈਰੀਂ ਅੱਖਰਾਂ ਦੀ ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਪੰਜਾਬੀ ਪਾਠਕਾਂ ਅਤੇ ਲੇਖਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਏ ਆਈ ਤੋਂ ਮਿਲੀ ਲਿਖ਼ਤ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਜਾਂਚੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਉਸ ਦੀ ਪਰਖ਼ ਅਤੇ ਸੋਧ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਟੈਕਨਾਲੋਜੀ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦਾ ਮਿਆਰ ਉੱਚਾ ਚੁੱਕਿਆ ਜਾ ਸਕੇ, ਨਾ ਕਿ ਇਸ ਦੀ ਸ਼ੁੱਧਤਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਵੇ।

ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਟੈਕਨਾਲੋਜੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਦੁਸ਼ਮਣ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇਸ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦਾ ਇੱਕ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਸਾਧਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਲੋੜ ਸਿਰਫ਼ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇਸ ਦੀ ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੀਏ। ਪੰਜਾਬੀ ਨੂੰ ਆਧੁਨਿਕ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਨਾਂ 'ਤੇ ਇਸ ਦੀ ਮੂਲ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਗੁਰਮੁਖੀ ਲਿਪੀ ਤੋਂ ਦੂਰ ਨਾ ਹੋਈਏ। ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਮਾਂ-ਬੋਲੀ ਨੂੰ ਮੋਬਾਈਲ, ਕੰਪਿਊਟਰ, ਇੰਟਰਨੈੱਟ, ਆਰਟੀਫਿਸ਼ਲ ਇੰਟੈਲੀਜੈਂਸ ਅਤੇ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਹਰ ਨਵੀਂ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਨਾਲ ਜੋੜਾਂਗੇ ਤਾਂ ਇਹ ਹੋਰ ਵੀ ਪ੍ਰਫੁੱਲਤ ਹੋਵੇਗੀ। ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਬੋਲਣ ਨਾਲ ਜਿਊਂਦੀਆਂ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ, ਸਗੋਂ ਪੜ੍ਹਨ, ਲਿਖਣ ਅਤੇ ਅਗਲੀ ਪੀੜ੍ਹੀ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਨਾਲ ਜਿਊਂਦੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਪੰਜਾਬੀ ਸਿਰਫ਼ ਸਾਡੇ ਘਰਾਂ ਦੀ ਬੋਲੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਸਾਡੀ ਪਛਾਣ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਪੰਜਾਬੀ ਨੂੰ ਡਿਜ਼ੀਟਲ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ ਮੌਜੂਦ ਹੀ ਨਹੀਂ ਰੱਖਣਾ ਬਲਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਮਾਣ, ਸਤਿਕਾਰ ਅਤੇ ਮਿਆਰੀ ਰੂਪ ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣਾ ਸਾਡੀ ਸਭ ਦੀ ਸਾਂਝੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਬਣਦੀ ਹੈ।



ਡਰਾਈਵਰ ਵੀ ਜਿੰਦਗੀ ਦੇ
2 ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਦੁਸ਼ਮਣ ਕੌਣ?
ਕਾਗਜ਼ ਤੇ ਘਾਣ ਦਾ ਇਨਵੌਇਸ!



# ਇਨਵੌਇਸ ਬਣਾਓ ਆਸਾਨ, ਤੇ ਚਲੋ ਬੱਸ ਮਸਤਾਨ!

ਘੱਟ ਕਾਗਜ਼ੀ ਕੰਮ. ਹੋਰ ਕਿਲੋਮੀਟਰ. ਇਨਵੌਇਸ ਸਮਾਰਟ ਬਣਾਓ
Traki ਨਾਲ.

**ਕਾਗਜ਼ ਸੰਭਾਲੋ**
ਫੋਟੋ, PDF ਤੇ ਆਪਣੇ
ਡੌਕੂਮੈਂਟ ਇਕੱਤਰ ਰੱਖੋ.

**ਇਨਵੌਇਸ ਬਣਾਓ**
AI ਮਦਦ ਨਾਲ ਆਟੋ ਫਿਲ
ਅਤੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਇਨਵੌਇਸ ਤਿਆਰ.

**ਕਮਾਈ ਵਧਾਓ**
ਰਿਪੋਰਟ ਵੇਖੋ, ਕਮਾਈ ਟ੍ਰੈਕ ਕਰੋ,
ਤੇ ਟਾਈਮ ਬਚਾਓ.

## ਅੱਜ ਹੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ!

**3 ਦਿਨ ਦਾ ਮੁਫ਼ਤ TRIAL ਮਿਲੇਗਾ!**

ਟਰਾਈ ਕਰੋ, ਪਸੰਦ ਆਇਆ ਤਾਂ
ਅੱਗੇ ਵਧੋ!

QR ਸਕੈਨ ਕਰੋ
ਤੇ Traki
ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰੋ
ਹੁਣੇ!

**ਟਾਈਮ ਬਚਾਓ**
ਕਾਗਜ਼ੀ ਕੰਮ ਘੱਟ,
ਡਰਾਈਵ ਵੱਧ.

**ਗਲਤੀ ਘੱਟ**
ਆਟੋਮੈਟਿਕ ਫਿਲ ਤੇ
ਸਹੀ ਇਨਵੌਇਸ.

**ਆਫਲਾਈਨ ਕੰਮ**
ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਬਿਜ਼ਾਂ ਵੀ
ਸਭ ਕੁਝ ਚੱਲਦਾ.

**ਸਭ ਕੁਝ ਇੱਕ ਜਗ੍ਹਾ**
ਡੌਕੂਮੈਂਟ, ਇਨਵੌਇਸ ਤੇ
ਰਿਪੋਰਟ – ਸਭ ਨਾਲ.

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਵੇਖੋ | TRAKIAPP.COM

TRAKI
ਡਰਾਈਵਰ ਦਾ ਅਸਲੀ ਯਾਰ.

# ਪਬਲਿਕ ਹਿਤ ਵਿੱਚ ਸੂਚਨਾ

ਮੈਂ **ਗੁਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸੰਧੂ** ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹੋ 1973 ਤੋਂ ਹੋਮਿਓਪੈਥਿਕ/ਆਯੁਰਵੈਦਿਕ ਦੀ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹਾਂ ਇਸ ਪੰਜ ਦਹਾਕਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਮੈਡੀਕਲ ਕਾਲਜਾਂ ਵਿਚ ਪ੍ਰੋ. ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ ਤੇ ਚੀਫ਼ ਮੈਡੀਕਲ ਅਫਸਰ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਿੰਦਾ ਰਿਹਾ ਹਾਂ। 1996 ਤੋ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰੇਡੀਓ, ਟੀ.ਵੀ ਸਟੇਸ਼ਨਾਂ, ਯੂਟਿਊਬ, ਫੇਸਬੁਕ ਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਮੀਡੀਆ ਚੈਨਲਾਂ ਰਾਹੀਂ ਪਬਲਿਕ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਤੋਂ ਜੀਵਨ ਦੀ ਉਤਪਤੀ ਸਰੀਰਕ ਬਣਤਰ, ਵਿਸਥਾਰ, ਸਿਹਤ, ਬਿਮਾਰੀ ਅਤੇ ਇਲਾਜਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਦਾ ਆ ਰਿਹਾਂ। ਅੱਜ ਦੇ ਵਕਤ ਅਮੈਰਿਕਨ ਇਕੌਨਮੀ ਦੀ ਮਾੜੀ ਹਾਲਤ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਐਲਾਨ ਕਰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਮਰ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਜਦ ਥੱਕ ਗਏ ਹੋ ਕੋਈ ਹਲ ਨਹੀਂ ਦਿਸ ਰਿਹਾ ਤਾਂ ਇਕ ਮੌਕਾ ਹੋਮਿਓਪੈਥਿਕ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤਕ ਇਲਾਜ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਦਿਓ ਇਸ ਲਈ ਕਾਲ ਕਰੋ: **408 687 1899**

ਸਿਹਤ ਵਿਗਿਆਨ ਦੀ ਲੜੀਵਾਰ ਸੀਰੀਜ਼ ਲੈਕਚਰ ਸੁਣਨ ਲਈ ਮੇਰਾ ਫੇਸਬੁਕ ਅਤੇ ਯੂਟਿਊਬ ਚੈਨਲ https://youtube/duhk3caceu, sabrang station.com(radio station) ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕੈਲੇਫੋਰਨੀਆ ਟਾਈਮ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ 5 ਤੋ 6 ਵਜੇ ਤਕ ਸੁਣੋ।

Working under sb577 act of California







ਕਈ ਵੀਰਾਂ ਦੇ

**LICENSE CANCEL**

ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ ਤੇ ਹੁਣ
ਉਹ ਆਪਣਾ ਟਰੱਕ ਵੀ ਨਹੀਂ
ਚਲਾ ਸਕਦੇ।

## ਕਿਉਂਕਿ DMV ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਦੇ CDL License Cancel ਕਰ ਰਿਹਾ

### ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ

**Green Card ਨਹੀਂ ਹੈ | I-485 Application ਅਜੇ Pending ਹੈ।**

## Ghuman Law Group ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਹੈ

### ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ :



Green Card Case ਨੂੰ
ਜਲਦੀ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ




CDL ਅਤੇ ਕੰਮ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ
ਲਈ Legal Guidance




Deportation ਜਾਂ Immigration
Detention Cases ਵਿੱਚ Legal Advice



Appeals ਅਤੇ Immigration
Process ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ




Estate Planning ਰਾਹੀਂ Property
ਅਤੇ Assets ਨੂੰ safe ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ



ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਭਵਿੱਖ ਨੂੰ
Secure ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ

GHUMAN LAW GROUP INC.
Criminal Defense, Family and
Immigration Law

**Deportation ਜਾਂ Immigration Process ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਘਰ, ਨੌਕਰੀ, ਜਾਇਦਾਦ ਤੇ ਮਿਹਨਤ ਦੀ ਕਮਾਈ ਤਕ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ**

## ਹੁਣੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ : (228) 200-0001 (ਮੁਫ਼ਤ ਸਲਾਹ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ)

Ghuman Law Group ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਕਾਂ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਆਵਾਜ਼ | ਤੁਹਾਡਾ Legal Partner

# ਰੱਬ ਨੂੰ ਪਤਾ...!

ਮਿੰਦਰ ਤੇ ਪਾਲ਼ੀ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਯੁੱਧ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਚੱਲ ਰਹੀ ਮੁਹਿੰਮ ਸਬੰਧੀ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦਿਆਂ ਕਹਿ ਰਹੇ ਸੀ । ਆਓ ਆਪਾਂ ਵੀ ਇਸਨੂੰ ਕਾਮਯਾਬ ਬਣਾਈਏ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਬਚਾਈਏ। ਮਿੰਦਰ ਨੇ ਪਾਲ਼ੀ ਦੇ ਕੰਨ ਕੋਲ ਮੂੰਹ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ, "ਇੱਕ ਗੱਲ ਦੱਸਾਂ, ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦੱਸੀਂ ਨਾ....! ਤੈਨੂੰ ਪਤਾ ਆ..? ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿੰਡ ਵੀ ਨਸ਼ਾ ਧੜੱਲੇ ਨਾਲ ਵਿਕ ਰਿਹਾ। ਪਾਲ਼ੀ ਨੇ ਚੌਂਕਦਿਆਂ ਕਿਹਾ "ਉੱਥੇ ਤਾਂ ਪੁਲਿਸ ਚੌਂਕੀ ਆ।" ਕੀ ਉਹਨੂੰ ਨੂੰ ਪਤਾ..? ਮਿੰਦਰ ਕਹਿੰਦਾ ਹਾਂ ਪਤਾ...। ਪਾਲ਼ੀ ਕਹਿੰਦਾ "ਕਿਸੇ ਵੱਡੇ ਅਫ਼ਸਰ ਨੂੰ ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਦੱਸ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ"। ਕੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ..? ਮਿੰਦਰ ਕਹਿੰਦਾ ਹਾਂ ਪਤਾ। ਪਾਲ਼ੀ ਕਹਿੰਦਾ ਕਿਸੇ ਲੀਡਰ ਨੂੰ ਦੱਸਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਸਰਕਾਰ ਹੀ ਹੱਲ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। "ਲੀਡਰ ਨੂੰ ਪਤਾ..?" ਮਿੰਦਰ ਕਹਿੰਦਾ ਹਾਂ ਪਤਾ...! ਪਾਲ਼ੀ ਕਹਿੰਦਾ ਆ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਪ੍ਰਤੀ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। "ਕੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ..?" ਮਿੰਦਰ ਕਹਿੰਦਾ ਹਾਂ ਪਤਾ। ਜਦ ਸਭ ਨੂੰ ਪਤਾ ਫਿਰ ਇਸਨੂੰ ਕੌਣ ਰੋਕ ਸਕਦਾ...?? ਮਿੰਦਰ ਨੇ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਕਿਹਾ, "ਇਹ ਤਾਂ ਰੱਬ ਨੂੰ ਪਤਾ।"



SANJHI SOCH
ਰਛਪਾਲ ਸਿੰਘ ਰੈਸਲ
ਹਰੀਦਾਸ ਕਲੋਨੀ
ਨਾਭਾ (ਪਟਿਆਲਾ)
94178-97576

# ਔਨਲਾਈਨ ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਦਾ ਵੱਧ ਰਿਹਾ ਰੁਝਾਨ

ਵੇਖਦਿਆਂ ਵੇਖਦਿਆਂ ਦੁੱਨੀਆ ਕਿੰਨੀ ਬਦਲ ਗਈ ਬਹੁਤ ਅਚੰਬਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਭਲੇ ਵੇਲੇ ਸਨ ਘਰ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪਿੰਡ ਵਿਚਲੀਆਂ ਦੋ ਤਿੰਨ ਹੱਟੀਆਂ ਤੋਂ ਪੂਰੀਆ ਹੋ ਜਾਇਆ ਕਰਦੀਆਂ ਸਨ.। ਘਰ ਦੀ ਨੇੜਲੀ ਹੱਟੀ ਪਹਿਲੀ ਪਸੰਦ ਸੀ ਜਿਸ ਨੂੰ ਫੈਮਲੀ ਹੱਟੀ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਸਾਂ। ਕਦੇ ਕਿਸੇ ਸਹਿਰ ਜਾਣਾ ਤਾਂ ਇਕ ਦੋ ਘਰਾਂ ਦਾ ਸਮਾਨ ਉਸਦੇ ਹੱਥ ਮੰਗਵਾ ਲੈਣਾ। ਸਮਾਂ ਬੱਦਲਿਆ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਸਾਧਨ ਵੱਧਣ ਨਾਲ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਰੁੱਖ ਸਹਿਰਾਂ ਵੱਲ ਹੋ ਗਿਆ ਅਤੇ ਘਰ ਵਰਤੋਂ ਦੀਆਂ ਨਿਕੀਆ ਮੋਟੀਆਂ ਵਸਤਾ ਸਹਿਰੋਂ ਲਿਆਉਣ ਦਾ ਰੁਝਾਨ ਵੱਧਿਆ ਅਤੇ ਇਹ ਹੱਟੀਆਂ ਨਾਲੋਂ ਥੋਹੜਾ ਕਫਾਇਤੀ ਵੀ ਲੱਗਦਾ ਸੀ ਸੋ ਸਰਦੇ ਪੁਜਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਨਾਤਾ ਹੱਟੀਆਂ ਨਾਲੋਂ ਟੁੱਟਣ ਲੱਗਿਆ। ਪਰ ਅੱਜ ਤਾਂ ਸਥਿਤੀ ਇਸ ਤੋਂ ਵੀ ਅੱਗੇ ਵੱਧਕੇ ਔਨਲਾਈਨ ਸੌਪਿੰਗ ਤੇ ਆ ਗਈ। ਇਹ ਵੀ ਸਹੀ ਹੈ ਪਹਿਲਾਂ ਇੰਟਰਨੈਟ ਤੋਂ ਵਾਕਫ ਸੀਮਤ ਲੋਕ ਕੋਈ ਖਾਸ ਵਸਤਾਂ ਹੀ ਔਨਲਾਈਨ ਖਰੀਦ ਦੇ ਸਨ ਪਰ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਸਧਾਰਨ ਜਨਤਾ ਕੋਲ ਵੀ ਟੱਚ ਫੋਨ ਆ ਗਏ ਅਤੇ ਔਨਲਾਈਨ ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਪਸੰਦ ਬਣ ਗਈ। ਪਹਿਲਾਂ ਕੋਈ ਖਾਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਹੀ ਲੋਕ ਔਨਲਾਈਨ ਕਰਦੇ ਸਨ ਪਰ ਅੱਜ ਤਾ ਮਾਮੂਲੀ ਵਸਤਾ ਵੀ ਲੋਕ ਔਨਲਾਈਨ ਮੰਗਵਾਉਣ ਲੱਗੇ ਹਨ ਬੇਸ਼ੱਕ ਕਈ ਵਾਰੀ ਮਿਆਰੀ ਵਸਤੂ ਇਸਤਿਹਾਰ ਮੁਤਾਬਕ ਨਹੀ ਮਿਲਦੀ ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਔਨਲਾਈਨ ਸੌਪਿੰਗ ਇਕ ਸਟੇਟਸ ਸਿੰਬਲ ਬਣ ਰਹੀ ਹੈ। ਬੇਸ਼ਕ ਇਹ ਖਰੀਦ ਦਾਰ ਲਈ ਸਹੁਲਤ ਵੀ ਬਣ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿਉਕਿ ਅੱਜ ਕੱਲ੍ਹ ਹਰ ਬੰਦੇ ਦੇ ਰੁਝੇਵੇਂ ਵੱਧ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਘਰ ਬੈਠੇ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਵਸਤੂ ਪਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਪਰ ਇਹ ਖਰੀਦ ਦਾਰੀ ਸਥਾਨਕ ਦੁਕਾਨਦਾਰਾ ਲਈ ਨੁੱਕਸਾਨ ਦੇਹ ਬਣਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵੇਚ ਵੱਟਕ ਨੂੰ ਖੋਰਾ ਲੱਗਿਆ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਪਰਤੀ ਵੀ ਕੁੱਝ ਫਰਜ ਹਨ ਸਾਨੂੰ ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਪੂਰਕ ਬਣਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਥੋ ਤੱਕ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਸਥਾਨਕ ਦੁਕਾਨਦਾਰਾ ਤੋ ਸਮਾਨ ਖਰੀਦਨ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦੁਕਾਨਦਾਰੀ ਵੀ ਚੱਲਦੀ ਰਹੇ। ਇਹ ਦਿਨ ਤਿਉਹਾਰਾਂ ਦੇ ਦਿਨ ਹਨ ਸੋ ਸਾਨੂੰ ਔਨਲਾਈਨ ਖਰੀਦ ਦਾਰੀ ਛੱਡਕੇ ਸਥਾਨਕ ਛੋਟੇ ਦੁਕਾਨਦਾਰਾਂ ਅਤੇ ਫੁੱਟਪਾਥ ਤੇ ਆਪਣੇ ਸਮਾਨ ਵੇਚ ਰਹੇ ਲੋਕਾ ਕੋਲੋਂ ਸਮਾਨ ਖਰੀਦਣ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।ਉਹਨਾਂ ਦੀਆ ਨਜਰਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕਦਮਾਂ ਦੀ ਆਹਟ ਉਡੀਕ ਰਹੀਆ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਵੀ ਆ ਰਹੇ ਤਿਉਹਾਰ ਲਈ ਕੁੱਝ ਕਮਾ ਸਕਣ। ਤੁਹਾਡੇ ਵਲੋ ਕੀਤੀ ਖਰੀਦ ਦਾਰੀ ਲਈ ਉਹ ਢੇਰ ਸਾਰੀਆਂ ਅਸੀਸਾਂ ਵੀ ਦੇਣਗੇ। ਇਸ ਲਈ ਫੁੱਟਪਾਥ ਤੇ ਆਪਣਾ ਨਿਕ ਸੁੱਕ ਵੇਚ ਰਹੇ ਬਜੁਰਗਾਂ ਤੋ ਬਿਨਾਂ ਲੋੜ ਕੱਝ ਖਰੀਦ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਅਸੀਸਾ ਦੇ ਪਾਤਰ ਬਣੋ. ਇਹ ਵੇਹਲੜ ਹੱਟੇ ਕੱਟੇ ਸਾਧਲਾਣੇ ਜਾ ਮੰਗਤਿਆਂ ਨੂੰ ਕੀਤੇ ਦਾਨ ਤੋ ਕਿਤੇ ਬੇਹਤਰ ਹੈ. ਇਸ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਘਰੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਬੱਚੇ ਖੁੱਸੀ ਨਾਲ ਤਿਉਹਾਰ ਮਨਾ ਸੱਕਣਗੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਖੁੱਸੀਆਂ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਉਦਾਰਤਾ ਵੀ ਸਾਮਲ ਹੋਵੇਗੀ। ਆਮੀਨ!

ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ
ਬਲਰਾਜ ਸਿੰਘ ਬਰਾੜ
ਦਿਉਣ ਖੇੜਾ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸ੍ਰੀ ਮੁਕਤਸਰ ਸਾਹਿਬ

LARRY T. NIERMEYER
Attorney at Law
OFFERING SERVICES IN THE FOLLOWING AREAS
1. Divorce/Family law
2. Restraining Orders
3. Criminal Matters
4. Driving Under Influence (DUI)
5. Work Injury/Car Injury
6. Defamation Cases
7. Personal Injury
8. Wrongful Death
9. Civil Litigation
PHONE: (209) 574-9447
1420 F STREET ST_ 2ND FLOOR MODESTO, CA 95354
Email : ltniermeyer@aol.com





RE/MAX EXECUTIVE

ਨਵਾਂ ਜਾਂ ਪੁਰਾਣਾ ਘਰ
ਖਰੀਦਣ ਜਾਂ ਵੇਚਣ ਲਈ
ਅੱਜ ਹੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

**Kirandeep Kaur**

Realtor ®

CalDRE # 02115235

ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਹਿੰਦੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀ
ਭਾਸ਼ਾ 'ਚ ਵੀ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

**Contact : Cell (209) 550-1704**

220 - A Standiford Ave, Modesto, CA 95350, kkaur@mycvre.com

EACH OFFICE IS INDEPENDENTLY OWNED AND OPERATED

GHUMAN LAW GROUP INC.

# GHUMAN LAW GROUP

ਭਰੋਸੇਜੋਗ ਅਤੇ ਤਜਰਬੇਕਾਰ ਵਕੀਲ ਹੀ ਹਮੇਸ਼ਾ
ਤੁਹਾਡੀ ਸਹੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।



MON - FRI | 9:00 AM-3:00 PM | +1 (228) 200-0001 | www.ghumanlawgroup.org | 2450 VENTURE OAKS WAY, STE 225 SACRAMENTO, CA

## ਸਾਡੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ

01 ਜੇ ਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕ੍ਰਿਮਿਨਲ ਕੇਸ ਵਿੱਚ ਫਸੇ ਹੋ।




02 ਜੇ ਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪੁਰਾਣੇ ਕ੍ਰਿਮਿਨਲ ਕੇਸ ਨੂੰ Expunge ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।




03 ਜੇ ਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ Immigration Case ਵਿੱਚ ਕੋਈ Appeal ਲਗਾਉਣੀ ਹੈ।




04 ਜੇ ਕਰ ਤੁਸੀਂ Immigration Case ਵਿੱਚ Bond Hearing ਕਰਵਾਉਣੀ ਹੈ।



ਉੱਪਰ ਲਿਖ਼ੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੇਵਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪੁਰਾਣੇ Criminal Case ਕਰਕੇ USA ਦੀ Citizenship ਲਈ Apply ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੇ

ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ Green Card ਖੋਹੇ ਜਾਣ ਦਾ ਡਰ ਹੈ,
ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਵਾਰ ਜ਼ਰੂਰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

MON - FRI | 9:00 AM 3:00 PM | +1 (228) 200-0001 | www.ghumanlawgroup.org | 2450 VENTURE OAKS WAY, STE 225 SACRAMENTO, CA

# Truck Parking Yard



## ਟਰੱਕ PARK ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸਯੋਗ ਥਾਂ



- ਸਾਡੇ YARD ਨੂੰ LOCK ਵਾਲਾ GATE ਲੱਗਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ
- ਇੱਥੇ 24 ਘੰਟੇ ਸੁਰੱਖਿਆ GUARD ਦੀ ਡਿਊਟੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ
- ਸਾਰੇ ਇਲਾਕੇ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੈਮਰਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਹਰ ਵੇਲੇ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ

**Truck Parking - Only $200 Monthly**
**Bobtail Parking - Only $100 Monthly**



ਸਾਡੇ TRUCK YARD ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੀ
ਟਰੱਕ Repair Shop ਅਤੇ TYRE SHOP ਵੀ
ਉਪਲਬਧ ਹੈ।



ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਬੁਕਿੰਗ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

**Harbans Gill (209) 972-0013**

1651 EAST Whitmore Ave, Ceres, CA 95307

ਹਰੇ ਟਰੱਕਾਂ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਨਾਂਅ ਨਾਲ ਜਾਣੇ ਜਾਂਦੇ

# SMARTWAY EXPRESS INC.



Trucking ਵਿੱਚ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਤਜ਼ੁਰਬੇਕਾਰ

**Paul Sahota**

ਓਨਰ ਓਪਰੇਟਰਾਂ ਤੇ ਟੀਮ ਡਰਾਈਵਰਾਂ ਦੀ ਲੋੜ
ਤਜ਼ਰਬਾ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 1 ਸਾਲ
ਇੱਥੇ ਟੀਮ ਡਰਾਈਵਰਾਂ ਨੂੰ 60 ਸੇਂਟ ਅਤੇ ਸੋਲੋ ਡਰਾਇਵਰਾਂ ਨੂੰ 52 ਸੇਂਟ
ਪ੍ਰਤੀ ਮੀਲ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤੇ ਸਾਲ ਦੇ ਆਖੀਰ 'ਚ W-2 ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਟਰੱਕ ਖਰੀਦਣਾ ਜਾਂ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਪੂਰੀ ਮਦਦ ਕਰਾਂਗੇ

ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਕੰਮ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ
ਫੋਨ : (559) 653-8130, 774-243-4154

SmartWay Express 3545 Date Avenue Fresno, CA 93725
ਈ-ਮੇਲ: newtrucks@smartwayexp.com

ਵਕਤ ਬਦਲ ਚੁੱਕਾ ਹੈ, ਵਕਤ ਦੇ ਨਾਲ ਬਦਲ ਚੁੱਕੇ ਨੇ Entertainment ਦੇ ਸਾਧਨ ਵੀ




e-Baba Entertainment App ਨੂੰ Download ਕਰੋ।

ਹੁਣ ਕਿਸੇ ਵੀ Company ਦੇ ਬਣੇ Android TV 'ਚ eBaba App ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰੋ ਜਾਂ ਸਮਾਰਟ TV ਦੀ HDMI Port 'ਚ Google TV Dongle ਲਾਵੋ ਤੇ eBaba ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰਕੇ ਰਿਮੋਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਰਾਹੀਂ, ਵੱਡੀ TV Screen ਉਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ English, Punjabi, Hindi ਅਤੇ Urdu ਦੇ TV Channel ਫ੍ਰੀ 'ਚ ਵੇਖੋ ਅਤੇ ਰੇਡੀਓ 'ਚ ਸੁਣੋ, also eBaba Entertainment App available for your ਸਮਾਰਟ phone on app store and Play store.




Cast Dongle ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦੀਦਾ TV Channel ਜਾਂ Movies ਆਪਣੇ TV 'ਤੇ ਵੀ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ Drive ਕਰਦੇ ਵੇਲੇ Bluetooth ਨਾਲ ਰੇਡਿਓ ਵੀ ਸੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ।




ਇਸ ਲਈ ਜਲਦੀ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਇਹ App Download ਕਰੋ
ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ Share ਕਰੋ।


JASPREET SINGH
ATTORNEY AT LAW USA
JASPREET SINGH ATTORNEY AT LAW USA
SPECIALIZES IN IMMIGRATION LAW MATTERS , POLITICAL ASYLUM , DEPORTATION
DEFENSE , GREEN CARDS , MARRIAGE , CITIZENSHIP, P3 AND E-2 VISAS
LAW OFFICES IN NY , NJ AND CALIFORNIA
SACRAMENTO, CA
5855 AUBURN BLVD,
SACRAMENTO, CA 95841
+1-917-915-4142
FREMONT, CA
3155 KEARNEY ST, SUITE
#248, FREMONT, CA 94538
+1-510-657-6444
NEW YORK, NY
108-14 JAMAICA AVENUE,
RICHMOND HILL, NY 11418
+1-718-533-8444
FRESNO, CA
1625 E SHAW AVE #122,
FRESNO, CA 93711
+1-559-271-5511
NEW JERSEY, NJ
2060 OAK TREE ROAD #1,
EDISON, NEW JERSEY, 08820
+1-732-453-6699
LOS ANGELES, CA
1013 N BEGONIA AVE,
ONTARIO, CA 91762
+1-917-915-4142
CONTACT
+1-917-915-4142
Jaspreetsinghlaoffice@gmail.com

# RED CHILLI INDIAN

## FOOD TRUCK

ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਇੰਡੀਅਨ STARTERS ਤੇ MAIN COURSE

VEG | NON -VEG ਸਵਾਦਿਸ਼ਟ ਖਾਣਾ, ਵਾਜਬ ਰੇਟਾਂ 'ਤੇ

BOOK US FOR


WEDDINGS


BIRTHDAY PARTIES


CORPORATE EVENTS


BACKYARD PARTIES

# RED CHILLI INDIAN

## FOOD TRUCK

ਸਾਡਾ ਟਰੱਕ
99 highway ਤੋਂ
Lander Avenue ਤੇ
ਨਿਕਲ ਕੇ ਲੱਗਦੇ ਸਾਰ ਹੀ
ਖੱਬੇ ਹੱਥ ਹੈ





RED CHILLI INDIAN FOOD TRUCK

ਅਸੀ ਟਿਫਨ ਸਰਵਿਸ ਵੀ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ

DELIVERY Available



Call TO Order : (209) 216-8169

A Kaur 2340 Lander Ave Turlock, CA 95280