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 2470 | 20 May, 2026 Wednesday | www.sanjhisoch.com | ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ★ ਪੰਜਾਬ ★ ਹਿਮਾਚਲ ★ ਹਰਿਆਣਾ ★ ਦੇਸ ਦੁਨੀਆਂ | +1 (209) 303-1260

ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਪ੍ਰਵਾਸੀਆਂ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਚੱਲ ਰਹੀ ਵੱਡੀ ਡਿਪੋਰਟੇਸ਼ਨ ਮੁਹਿੰਮ ਕਾਰਨ ਆਈਸੀਈ ਡਿਟੇਨਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰਾਂ 'ਚ ਭੀੜ ਵਧੀ

ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਦੇ ਅਟਾਰਨੀ ਜਨਰਲ ਰੌਬ ਬੋਂਟਾ ਨੇ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਨੂੰ ਆਈਸੀਈ ਡਿਟੇਨਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰਾਂ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਤਿੱਖੀ ਰਿਪੋਰਟ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਰਿਪੋਰਟ ਵਿੱਚ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਪ੍ਰਵਾਸੀਆਂ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਚੱਲ ਰਹੀ ਵੱਡੀ ਡਿਪੋਰਟੇਸ਼ਨ ਮੁਹਿੰਮ ਕਾਰਨ ਡਿਟੇਨਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰਾਂ 'ਚ ਭੀੜ ਬਹੁਤ ਵੱਧ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਕੈਦੀਆਂ ਲਈ ਹਾਲਾਤ ਹੋਰ ਵੀ ਖਰਾਬ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ।

ਰਿਪੋਰਟ ਮੁਤਾਬਕ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਦੌਰਾਨ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਦੇ ਸੱਤ ਇਛਓ ਸੈਂਟਰਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਗਈ, ਜਿੱਥੇ ਮੈਡੀਕਲ ਸਹੂਲਤਾਂ ਦੀ ਘਾਟ, ਇਲਾਜ ਵਿਚ ਦੇਰੀ, ਗੰਦਾ ਅਤੇ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਵਾਤਾਵਰਣ, ਘੱਟ ਖਾਣਾ, ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਸਾਫ਼ ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਮੀ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਜ਼ਰੂਰਤ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਰਗੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈਆਂ।

ਸਤੰਬਰ ਤੋਂ ਮਾਰਚ ਤੱਕ 6 ਕੈਦੀਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋਈ, ਜੋ ਕਿ 2017 ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਗਿਣਤੀ ਹੈ। ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਮੌਤਾਂ ਅਤੇ ਘਟੀਆ ਹਾਲਾਤ ਇਛਓ ਦੇ ਆਪਣੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਹਨ।

ਰਿਪੋਰਟ ਵਿਚ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਕਿ ਕਈ ਕੈਦੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀ। ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕੀਤੀ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦਿਨਾਂ ਜਾਂ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੱਕ ਮੈਡੀਕਲ ਜਾਂਚ ਨਹੀਂ ਮਿਲੀ ਅਤੇ ਕਈਆਂ ਨੂੰ ਫਰਸ਼ 'ਤੇ ਸੌਣਾ ਪਿਆ।

ਅਟਾਰਨੀ ਜਨਰਲ ਰੌਬ ਬੋਂਟਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਹਾਲਾਤ "ਕਠੋਰ, ਗੈਰ-ਇਨਸਾਨੀ ਅਤੇ ਅਸਵੀਕਾਰਯੋਗ" ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਟਰੰਪ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ 'ਤੇ ਦੋਸ਼ ਲਾਇਆ ਕਿ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਡਿਟੇਨਸ਼ਨ ਕਾਰਨ ਸੈਂਟਰਾਂ 'ਤੇ ਬੋਝ ਵਧ ਗਿਆ ਹੈ।

ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਅਮਰੀਕੀ ਹੋਮਲੈਂਡ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਿਭਾਗ (ਡੀ.ਐੱਚ.ਐੱਸ.) ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕੈਦੀਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਇਛਓ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਤਰਜੀਹ ਹੈ। ਵਿਭਾਗ ਨੇ ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਕਿ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਰਹਿ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ ਵਾਪਸ ਜਾਣ ਲਈ 2,600 ਡਾਲਰ ਅਤੇ ਮੁਫ਼ਤ ਫਲਾਈਟ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

ਰਿਪੋਰਟ ਵਿਚ ਇਹ ਵੀ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਕਿ 2023 ਵਿਚ ਜਿੱਥੇ 2,303 ਕੈਦੀ ਸਨ, ਉੱਥੇ 2025 ਵਿਚ ਇਹ ਗਿਣਤੀ ਵੱਧ ਕੇ 6,028 ਹੋ ਗਈ, ਯਾਨੀ 162 ਫੀਸਦੀ ਦਾ ਵਾਧਾ।

ਜਾਂਚ ਦੌਰਾਨ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਕਈ ਸੈਂਟਰਾਂ ਵਿਚ ਮੈਡੀਕਲ ਸਟਾਫ ਦੀ ਘਾਟ, ਕੈਦੀਆਂ ਲਈ ਖਾਣੇ ਅਤੇ ਸਾਫ਼ ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਮੀ, ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਠੰਢ ਅਤੇ ਗੰਦੇ ਕਮਰੇ, ਫੋਨ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਦਦ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਪਹੁੰਚ, ਪੈਪਰ ਸਪ੍ਰੇ ਅਤੇ ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਕੁਝ ਸੈਂਟਰਾਂ ਵਿਚ ਹਰ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਟਰਿਪ ਸਰਚ ਦੀ ਪ੍ਰਥਾ ਆਦਿ ਗੰਭੀਰ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵੇਖੀਆਂ।

ਰਿਪੋਰਟ 'ਚ ਯੂ.ਐੱਸ. ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਕਸਟਮਜ਼ ਇਨਫੋਰਸਮੈਂਟ ਦੇ ਕਈ ਸੈਂਟਰਾਂ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਐਡੇਲੈਂਟੋ ਇਛਓ ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ ਸੈਂਟਰ ਅਤੇ ਓਟੇ ਮੇਸਾ ਡਿਟੈਂਨਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

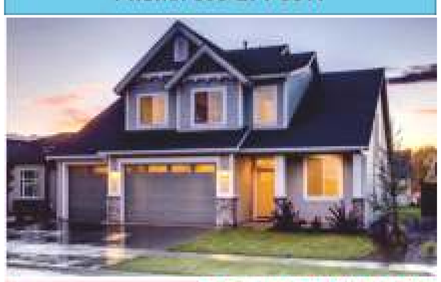
ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਡੀ.ਓ.ਜੇ. ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ 2027 ਤੱਕ 935 ਡਿਟੇਨਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਜਾਰੀ ਰੱਖੇਗਾ ਅਤੇ ਜੂਨ 9 ਨੂੰ ਇਸ ਰਿਪੋਰਟ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਬ੍ਰੀਫਿੰਗ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਸਰੀ 'ਚ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਅਕਤੀ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਹੇਠ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ !

ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਕੋਲੰਬੀਆ ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਬੀ.ਸੀ ਦੇ ਸਰੀ ਵਿਖੇ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਨਵੰਬਰ ਵਿਚ ਹੋਈ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿਚ 31 ਸਾਲ ਦੇ ਅਸ਼ਨੀਲ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। 23 ਨਵੰਬਰ 2025 ਨੂੰ 121 ਸਟ੍ਰੀਟ ਅਤੇ 101 ਬੀ ਐਵੇਨਿਊ ਨੇੜਲੇ ਇਕ ਘਰ ਅੰਦਰ ਵਾਪਰੀ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਦੀ ਵਾਰਦਾਤ ਦੌਰਾਨ ਇਕ ਔਰਤ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਹੋਈ ਅਤੇ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਪੁੱਜੇ ਪੁਲਿਸ ਅਫ਼ਸਰਾਂ ਨੇ ਸ਼ੱਕੀ ਦੀ ਗੱਡੀ ਰਾਹੀਂ ਉਸ ਦੀ ਸ਼ਨਾਖਤ ਹਾਸਲ ਕਰਦਿਆਂ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰੀ ਲਈ ਕਾਰਵਾਈ ਆਰੰਭ ਦਿੱਤੀ। 13 ਮਈ ਨੂੰ ਲੋਅਰ ਮੇਨਲੈਂਡ ਐਮਰਜੰਸੀ ਰਿਸਪੌਂਸ ਟੀਮ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਵੈਨਕੂਵਰ ਦੇ ਵੈਸਟ 33 ਐਵੇਨਿਊ ਅਤੇ ਓਨਟਾਰੀਓ ਸਟ੍ਰੀਟ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚੋਂ ਅਸ਼ਨੀਲ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰ ਲਿਆ ਗਿਆ। ਅਸ਼ਨੀਲ ਵਿਰੁੱਧ 6 ਵੱਖ-ਵੱਖ ਦੋਸ਼ ਆਇਦ ਕੀਤੇ ਗਏ 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



RE/MAX EXECUTIVE
ਨਵਾਂ ਜਾਂ ਪੁਰਾਣਾ ਘਰ ਖਰੀਦਣ ਜਾਂ ਵੇਚਣ ਲਈ ਅੱਜ ਹੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।
Kirandeep Kaur
Realtor®
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

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 ਮੁਆਵਜ਼ਾ 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

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

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

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
Simranveer Singh
Realtor
The JRP Group
Ph: (414) 551-0530
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 Proprties

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

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

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

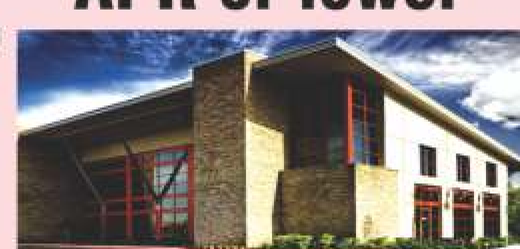
- ★ Minimun credit score 580
- ★ Short sales/Foreclosures/Bankruptcy No problem
- ★ FHA, conventional and ARM loans
- ★ Hard Money Loans
- ★ Second Mortgage
- ★ High Balance and Jumbo loans
- ★ "Second Mortgage" with Equity line of Credit
- ★ Refinance
- ★ Refinance/Cash out ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ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

NAV INDIAN MERCHANDISE GROCERY STORE

3230 MITCHELL ROAD, STE, C, CERES, CA 95307

ਇੱਥੇ ਪੱਗਾਂ, ਜਵੈਲਰੀ, ਧਾਰਮਿਕ ਫੋਟੋਆਂ, ਰੁਮਾਲਾ ਸਾਹਿਬ, ਪੂਜਾ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ, ਦਾਲਾਂ, ਨਮਕੀਨ, ਇੰਡੀਅਨ ਮੇਡ ਸਪੈਸ਼ਲ ਬਿਸਕੁਟ, ਤਾਜ਼ੀਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਫਰੋਜ਼ਨ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਇੰਡੀਅਨ, ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਤੇ ਫਰੋਜ਼ਨ ਗਰੌਸਰੀ ਦੀ।

ਤਿਓਹਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰੀਨ ਬਨਾਉਣ ਲਈ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ ਸਜਾਵਟ ਦਾ ਸਮਾਨ

ਇੱਕ ਵਾਰ Visit ਜ਼ਰੂਰ ਕਰੋ।

Ria MONEY TRANSFER

INDIA ਪੈਸੇ ਭੇਜਣ ਲਈ

RIA MONEY TRANSFER ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਸਟੋਰ ਤੋਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ

Contact Number

+1 (209) 537-5702

ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ
SANJHI SOCH

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

ਪੰਜਾਬ ਦੀਆਂ ਜੁਝਾਰੂ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਭਾਜਪਾ ਨੂੰ 2027 ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ ਲੱਕ ਤੋੜਵੀਂ ਹਾਰ ਦੇਣ ਲਈ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਨਿੱਤਰਨੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ

ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਬਹਾਦਰ ਲੋਕ ਸਿਖਰਾਂ ਦੀ ਫਿਰਕੂ ਪਾਰਟੀ 'ਭਾਜਪਾ' ਨੂੰ ਗੁਰੂਆਂ ਪੀਰਾਂ ਦੀ ਧਰਤੀ ਤੇ ਕਦੇ ਵੀ ਪੈਰ ਪਸਾਰਨ ਨਹੀਂ ਦੇਣਗੀਆਂ !!

SANJHI SOCH
ਜੰਗ ਸਿੰਘ ਮਰਸਡ (ਅਮਰੀਕਾ)
+1 415 603 7380

ਸੰਸਾਰ ਭਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਦੇਖ ਲਿਆ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਕੇਂਦਰ ਦੀ ਭਾਜਪਾ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਆਗੂਆਂ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਸ੍ਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਤੇ ਗ੍ਰਹਿ ਮੰਤਰੀ ਸ੍ਰੀ ਅਮਿਤ ਸ਼ਾਹ ਨੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਨੂੰ , ਨਿਆਂ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਤੇ ਚੋਣ ਪ੍ਰਣਾਲੀ , ਈ. ਵੀ. ਐਮ. ਆਦਿ ਨਾਲ ਆਂਢ ਗਾਂਢ ਕਰਕੇ ਬੰਗਾਲ ਦੀਆਂ 90-92 ਲੱਖ ਵੋਟਾਂ ਕੱਟ ਕੇ ਐਸ. ਆਈ. ਆਰ. ਦੀ ਨਜਾਇਜ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਦੋ ਲੱਖ ਦੇ ਕਰੀਬ ਅਰਧ ਫੌਜੀ ਸੁੱਰਖਿਆ ਦੱਲਾਂ ਦੀ ਮਦੱਦ ਨਾਲ ਤਾਨਾਸ਼ਾਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਬੰਗਾਲ ਦੀ ਚਾਰ ਪੰਜ ਵਾਰ ਦੀ ਰਹਿ ਚੁੱਕੀ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਮੈਡਮ 'ਮਮਤਾ ਬੈਨਰਜੀ' ਨੂੰ ਸਾਰੇ ਬੰਗਾਲ ਵਿੱਚ ਇਨੀਆਂ ਭਾਰੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਵੋਟਾਂ ਕੱਟਣ ਉਪਰੰਤ ਸਿਰਫ ਤੇ ਸਿਰਫ 30 ਲੱਖ ਵੋਟਾਂ ਦੇ ਫਰਕ ਨਾਲ ਹਰਾ ਕੇ ਬੰਗਾਲ ਵਿੱਚ ਭਾਜਪਾ ਦੀ ਹਕੂਮਤ ਹਾਸਲ ਕੀਤੀ ਹੈ।ਭਾਜਪਾ ਵਾਲੇ ਇਸ ਨੂੰ ਇਕ ਵੱਡਾ ਕਿੱਲ੍ਹਾ ਜਿੱਤਣ ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ ਉਥੇ ਬੰਗਾਲ ਵਿੱਚ ਹੀ ਭਾਜਪਾ ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਨਾਅਰੇ ਲਗਾਉਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਸਨ "ਅਬ ਅਗਲੀ ਪੰਜਾਬ ਕੀ ਵਾਰੀ ਹੈ" ਭਾਜਪਾ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਕਹਿਣ ਦਾ ਭਾਵ ਇਹ ਸੀ ਕਿ 2027 ਦੀਆ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਵੀ ਹਰ ਵਿੰਗਾ ਟੇਢਾ ਹਰਬਾ ਵਰਤ ਕੇ ਇਸੇ ਤਰਾਂ ਹਰਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ।ਭਾਜਪਾ ਸਰਕਾਰ ਸਮਝਦੀ ਆ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਉਨਾਂ ਦੇ 'ਹਿੰਦੂ ਰਾਸ਼ਟਰ' ਨੂੰ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਜੇ ਕੋਈ ਵੱਡਾ ਰੋੜ੍ਹਾ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਮੁਸਲਮਾਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਬੰਗਾਲ ਤੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੋਕ ਹਨ ।ਭਾਜਪਾ ਨੇ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੁਸਲਮਾਨਾਂ ਦੇ ਸੂਬੇ 'ਜੰਮੂ ਕਸਮੀਰ' ਨੂੰ ਤੋੜ ਕੇ ਕੇਂਦਰੀ ਸ਼ਾਸ਼ਤ ਪਰਦੇਸ਼ ਬਣਾ ਕੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸਬਕ ਸਿੱਖਾ ਦਿੱਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ।ਭਾਜਪਾ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਸ੍ਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਨੇ ਸੂਬਾ ਤੋੜਣ ਸਮੇਂ ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਬੜੀ ਜਲਦੀ ਉਨਾਂ ਦੇ ਸੂਬੇ 'ਜੰਮੂ ਕਸਮੀਰ ਨੂੰ ਬਹਾਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਜੋ ਕਈ ਸਾਲ ਲੰਘ ਜਾਣ ਦੇ ਵੀ ਹੁਣ ਤਕ ਮੁਸਲਮਾਨਾਂ ਦੇ ਸੂਬੇ "ਜਮੂੰ ਕਸ਼ਮੀਰ ਨੂੰ ਬਹਾਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ।

ਰ'ਸ'ਸ' ਦੇ ਇਸ਼ਾਰਿਆ ਦੇ ਚਲਣ ਵਾਲੀ ਭਾਜਪਾ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਇਹ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਉਹ ਸੂਬਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਵਾਸੀ ਉਨਾਂ ਦਾ ਚਾਹੇ ਧਰਮ ,ਮਜਬ , ਜਾਤ ਕੋਈ ਵੀ ਹੋਵੇ ਉਹ ਗੁਰੂਆਂ ਪੀਰਾਂ ਦੀ ਮਿਹਰ ਸਦਕਾ ਇਨਾ ਰੱਲ ਮਿਲ ਕੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਹਨ ਕਿ ਉਨਾਂ ਦੀ ਬਹਾਦਰੀ ਦੇ ਸੋਹਲੇ ਹੁਣ ਤਕ ਸੰਸਾਰ ਭਰ ਵਿੱਚ ਗਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਉਹ ਸੂਬਾ ਹੈ ਜਿਸ ਨੇ ਸਿਕੰਦਰਾਂ , ਅਬਦਾਲੀਆਂ ਤੇ ਔਰੰਗੇ ਵਰਗੇ ਜਾਬਰਾਂ ਦੇ ਮੂੰਹ ਇਸ ਤਰਾਂ ਤੋੜ੍ਹੇ ਸਨ ਕਿ ਉਨਾਂ ਨੇ ਪੰਜਾਬ ਵੱਲ ਮੁੜ੍ਹ ਕੇ ਮੂੰਹ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕੀਤਾ।

ਪਿੱਛਲੀਆਂ ਲੋਕ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਭਾਜਪਾ ਦੀ ਕੱਟੜ੍ਹ ਹਿੰਦੂਤਵੀ ਸੋਚ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰਖਦਿਆਂ 'ਲੋਕ ਸਭਾ' ਦੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਵਿੱਚ 'ਭਾਜਪਾ' ਨੂੰ ਬਹੁਮਤ ਨਹੀਂ ਸੀ ਦਿੱਤਾ ਸਿਰਫ ਤੇ ਸਿਰਫ 240 ਲੋਕ ਸਭਾ ਸੀਟਾਂ ਤੇ ਭਾਜਪਾ ਨੂੰ ਸਕੋੜ੍ਹ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ ਸੀ । ਭਾਜਪਾ ਦੇ ਆਗੂਆਂ ਸ੍ਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਤੇ ਸ੍ਰੀ ਅਮਿੱਤ ਸ਼ਾਹ ਨੂੰ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਸਰਕਾਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕੁਝ ਹੋਰ ਰਾਜਨੀਤਕ ਪਾਰਟੀਆਂ ਨੂੰ ਮਿੰਨਤਾਂ ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਲ ਤਰਲੋ ਮੱਛੀ ਹੋਣਾ ਪਿਆ ਸੀ ਫਿਰ ਕਿਧਰੇ ਜਾ ਕੇ ਇਨਾਂ ਭਾਜਪਾਈਆਂ ਦੀ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਸਰਕਾਰ ਬਣੀ ਸਕੀ ਸੀ।ਬਹੁ ਸੰਮਤੀ ਨਾ ਮਿਲਣ ਦੀ ਦੱਲ ਦੱਲ ਵਿੱਚ ਫਸੀ ਇਹ ਭਾਜਪਾ ਸਰਕਾਰ ਹੁਣ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਹਥਿਆਉਣ ਲਈ ਵੱਡੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਡੀਂਗਾਂ ਮਾਰ ਰਹੀ ਹੈ ।ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਚੋਣਾਂ ਹੋਣ ਨੂੰ ਹਾਲੇ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ।ਭਾਜਪਾ ਵਾਲੇ ਸਮਝਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਐਸ .ਆਈ .ਆਰ .ਦੀ ਮੱਦਦ ਨਾਲ ਬੰਗਾਲ ਦੀ ਤਰਾਂ ਵੱਡੀ ਗਿੱਣਤੀ ਵਿੱਚ ਵੋਟਾਂ ਕੱਟ ਕੇ , ਡਰ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਸਿਰਜ ਕੇ ਪੰਜਾਬ ਤੇ ਕਬਜਾ ਕਰ ਲਵੇਗੀ ।ਸ਼ਾਇਦ ਭਾਜਪਾ ਆਗੂ ਸ੍ਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਤੇ ਸ੍ਰੀ ਅਮਿੱਤ ਸ਼ਾਹ 'ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਸਾਇਕੀ' ਨੂੰ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਰਹੇ ਤੇ ਉਹ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਹੜੱਪ ਲੈਣਗੇ । ਪੰਜਾਬ ਸਬੰਧੀ ਭਾਜਪਾ ਆਗੂਆਂ ਦੀ ਚਾਲ ਨੂੰ ਸਮਝ ਕੇ ਪੰਜਾਬ ਦੀਆਂ ਜੁਝਾਰੂ ਜਥੇਬੰਦੀ ਸਯੁੰਕਤ ਕਿਸਾਨ ਮੋਰਚੇ ਦੇ ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਦਾ ਬਿੱਗਲ ਵਜਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਉਨਾਂ ਨਾਲ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਵਿਖੇ ਕੀਤੇ ਰੋਸ ਮੁਜਾਹਰੇ ਦੌਰਾਨ ਜੋ ਜਬਰ ਜੁਲਮ ਦਾ ਤਾਂਡਵ ਨਾਚ ਕੇਂਦਰ ਦੀ ਪੁਲੀਸ ਤੇ ਹੋਰ ਅਰਧ ਸੈਨਿਕ ਬਲਾਂ ਵਲੋਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਉਸ ਨੇ ਕਿਸਾਨ ਆਗੂਆਂ ਦੇ ਮਨਾਂ ਅੰਦਰ ਅੱਗ ਦੇ ਭਾਂਬੜ ਬਾਲ ਦਿੱਤੇ ਹਨ ।ਸਾਰੇ ਪੰਜਾਬ ਅੰਦਰ ਸੰਯੁਕਤ ਕਿਸਾਨ ਜਥੇਬੰਦੀ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਗਵਰਨਰ ਅਤੇ ਭਾਜਪਾ ਆਗੂਆਂ ਦੇ ਪੁੱਤਲੇ ਫੂਕਣ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ । ਜਦੋਂ ਇਕ ਪੱਤਰਕਾਰ ਸੰਮੇਲਨ ਵਿੱਚ ਇਕ ਪੱਤਰਕਾਰ ਨੇ ਸੁਆਲ ਕੀਤਾ ਕਿ ਭਾਜਪਾ ਹੁਣ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਜਿੱਤਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੈ ਇਸ ਦੇ ਜੁਆਬ ਵਿੱਚ ਸਯੁੰਕਤ ਕਿਸਾਨ ਮੋਰਚੇ ਦੇ ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਭਾਜਪਾ ਦਾ ਹੈ ਹੀ ਕੀ !ਭਾਜਪਾ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਉਨਾਂ ਅੱਗੇ ਮੁੱਖ ਟਾਰਗੇਟ ਹੋਵੇਗੀ। ਕਿਸਾਨ ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਹੋਰ ਕਿਹਾ ਕਿ 21 ਮਈ ਨੂੰ ਕਿਸਾਨ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ ਮੀਟਿੰਗ ਕਰਕੇ ਆਪਣਾ ਅੱਗਲਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇਣਗੀਆਂ ।ਸੰਸਾਰ ਭਰ ਦੇ ਲੋਕ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਇਹ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਕਿਸਾਨ ਹੀ ਸਨ ਜਿਨਾਂ ਨੇ ਪੰਜਾਬ ਤੇ ਹਰਿਆਣੇ ਵਿੱਚ ਏਡੀ ਵੱਡੀ ਭਰਾਤਰੀ ਸਾਂਝ ਉਸਾਰ ਦਿੱਤੀ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਹੀ ਪੰਜਾਬ ਨਾਲ ਸਿਖਰਾਂ ਦੀ ਨਫਰਤ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਹਰਿਆਣਾ ਦੇ ਲੋਕ ਭਾਜਪਾ ਦੀ ਚਾਲ ਨੂੰ ਮੂੰਦੜੇ ਮੂੰਹ ਸੁੱਟਦੇ ਹੋਏ ਆਖਣ ਲਗ ਪਏ ਸਨ ਕਿ 'ਪੰਜਾਬ' ਸਾਡਾ ਵੱਡਾ ਭਰਾ ਹੈ।

ਇਹ ਹੀ ਕਿਸਾਨ ਸਨ ਜਿਨਾਂ ਨੇ ਉਸੇ ਮੋਦੀ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਰ.ਸ.ਸ. ਵਾਲੇ ਇਹ ਕਹਿੰਦੇ ਨਹੀਂ ਸਨ ਥੱਕਦੇ ਕਿ 'ਮੋਦੀ ਦੇ ਮੂੰਹੋਂ ਕਹੀ ਹੋਈ ਗੱਲ ਕਦੇ ਵਾਪਸ ਨਹੀਂ ਮੁੜ੍ਹਦੀ'ਉਸੇ ਮੋਦੀ ਕੋਲੋਂ ਇਨਾਂ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੇ ਬਿਨਾ ਸ਼ਰਤ ਤਿੰਨੇ ਦੇ ਤਿੰਨੇ ਕਿਸਾਨ ਵਿਰੋਧੀ ਕਾਨੂੰਨ ਵਾਪਿਸ ਕਰਾ ਕੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ 100 ਸਾਲਾ ਇਤਿਹਾਸ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਇਆ ਸੀ ।ਹੁਣ ਫਿਰ ਉਹੋ ਜਿਹਾ ਮਾਹੌਲ ਸਿਰਜਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।ਕਿਸਾਨ ਆਗੂ ਸਮਝ ਗਏ ਹਨ ਕਿ ਭਾਜਪਾ ਤੇ ਰ.ਸ.ਸ. ਨੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਵੰਡੀਆਂ ਪਾ ਕੇ ਉਨਾਂ ਦਾ ਕਿੰਨਾ ਵੱਡਾ ਘਾਣ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸਾਨ ਵਿਰੋਧੀ ਕਾਨੂੰਨ ਜਿਹੜੇ ਲੰਮੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਲੜ੍ਹਣ ਉਪਰੰਤ ਵਾਪਿਸ ਕਰਾਏ ਸਨ ਉਹ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਸਨ ਹੋ ਸਕੇ।ਇਸ ਸਮੇਂ ਹਰ ਵਰਗ ਤੇ ਧਰਮ ਦੇ ਲੋਕ ਚਾਹੇ ਉਹ ਹਿੰਦੂ ਹੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਣ ਇਸ ਭਾਜਪਾ ਕੋਲੋਂ ਬੁਰੀ ਤਰਾਂ ਤੰਗ ਹਨ ।ਜਦੋਂ ਭਾਜਪਾ ਨੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਸਰਕਾਰ ਸੰਭਾਲੀ ਸੀ ਤਾਂ ਉਨਾਂ ਨੇ ਦੋ ਕਰੋੜ੍ਹ ਨੌਜੁਆਨਾਂ ਨੂੰ ਰੁਜਗਾਰ ਦੇਣ ਦੀ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਸੀ , ਮਹਿੰਗਾਈ ਹਟਾਉਣ ਦਾ ਵਾਅਦਾ ਕੀਤਾ ਸੀ ਅੱਜ ਮਹਿੰਗਾਈ ਵੱਡੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਪੁਲਾਘਾਂ ਮਾਰ ਰਹੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨੇ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਜੀਊਣਾ ਦੁੱਬਰ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ,ਇਹ ਹੀ ਹਾਲ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਦਾ ਹੈ ।ਕੀ ਰੁਜਗਾਰ ਹਿੰਦੂ ਨੌਜੁਆਨਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਚਾਹੀਦਾ , ਕੀ ਮਹਿੰਗਾਈ ਤੇ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਹਿੰਦੂਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ! ਬਜੁਰਗ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਦੇਂਦੇ ਆਖਦੇ ਹਨ ਕਿ 'ਭਗਤਾਂ' ਨੇ ਵੀ ਭੁੱਖੇ ਭਗਤੀ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੱਬ ਨੂੰ ਨਾਂਹ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਸੀ ।ਭਾਜਪਾ ਜਿਹੜੀ ਹਿੰਦੂਆਂ ਦੇ ਨਾਂ ਤੇ ਵੋਟਾਂ ਬਟੋਰਦੀ ਰਹੀ ਹੈ ।ਉਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਭਾਜਪਾ ਦੀ ਚਾਲ ਦਾ ਕਾਫੀ ਹੱਦ ਤਕ ਪਤਾ ਲਗ ਗਿਆ ਹੈ ।ਇਹ 'ਹਿੰਦੂ ਰਾਸ਼ਟਰ' ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਨਾਂ ਤੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਕਾਰਪੋਰੇਟਾਂ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਤੌਰਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਆ ਰਹੀ ਹੈ ।ਦੇਸ਼ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਢਿੱਡ ਭਰਨ ਵਾਲੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦਾ ਕੁਝ ਕਰੌੜ੍ਹ ਰੁਪਏ ਦਾ ਕਰਜਾ ਤਾਂ ਇਸ ਭਾਜਪਾ ਸਰਕਾਰ ਤੋਂ ਮੁਆਫ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਿਆ ! ਜਦੋਂ ਕਿ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਸਿਰਫ 8-9 ਵੱਡੇ ਕਾਰਪੋਰੇਟ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਬੈਂਕਾਂ ਦਾ ਕਈ ਲੱਖਾਂ ਕਰੋੜ੍ਹ ਰੁਪਏ ਜੋ ਅਰਬਾਂ ਖਰਬਾ ਰੁਪਏ ਬਣਦਾ ਹੋਵੇਗਾ ਦਾ ਕਰਜਾ ਮਾਰ ਕੇ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਭੱਜ ਕੇ ਉਥੇ ਅਨੰਦਮਈ ਜੀਵਣ ਮਾਣ ਰਹੇ ਹਨ । ਕੀ ਮੋਦੀ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਉਨਾਂ ਨੂੰ ਭਾਰਤ ਵਾਪਿਸ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਕੋਈ ਚਾਰਾਜੋਈ ਕੀਤੀ , ਕੀ ਉਨਾਂ ਨੂੰ ਜੇਲਾਂ ਵਿੱਚ ਡੱਕਿਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਹਰੇਕ ਦਾ ਜੁਆਬ ਨਾਂਹ ਵਿੱਚ ਹੋਵੇਗਾ ।

ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਕਿਸਾਨ ਜਾਂ ਆਮ ਆਦਮੀ ਜਿਸ ਨੇ ਕੁਝ ਹਜਾਰ ਰੁਪਏ ਲਿਆ ਕਰਜਾ ਵਾਪਿਸ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਬੈਂਕਾਂ ਵਾਲੇ ਪੁਲੀਸ ਪਾਰਟੀ ਲੈ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਉਨਾਂ ਦੇ ਘਰਾਂ ਦੇ ਗੇੜ੍ਹੇ ਲਗਾਉਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ ।ਹੁਣ ਵੱਡੇ ਕਾਰਪੋਰੇਟਾਂ ਦੇ ਮਸਲੇ ਤੇ ਸਭ ਕੁਝ ਚੁੱਪ ਗੜੁੱਪ ਕਿਉਂ ਹੈ? ਜਦੋਂ 'ਚੋਰ ਤੇ ਕੁੱਤੀ' ਰੱਲ ਜਾਣ ਤਾਂ ਫਿਰ ਇਹੋ ਕੁਝ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।ਦੇਸ਼ ਦੇ ਲੋਕ ਚਾਹੇ 'ਹਿੰਦੂ' ਹੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਣ ।ਸਭ ਨੂੰ ਸਮਝ ਲਗ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਭਾਜਪਾ 'ਸਰਕਾਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਨਹੀਂ ,ਬਲਕਿ ਅੰਬਾਨੀਆਂ ਅਡਾਨੀਆ ਤੇ ਮੋਦੀ ਦੇ ਗਿਣਤੀ ਦੇ ਗੁਜਰਾਤੀ ਮਿੱਤਰਾਂ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਹੈ ।ਜਿਹੜੇ ਬੈਂਕਾਂ ਦਾ ਕਰਜਾਂ ਮਾਰ ਕੇ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਬੈਠੇ ਹਨ ਉਨਾਂ ਵਿੱਚ ਗੁਜਰਾਤ ਦੇ "ਮੋਦੀ" ਦੇ ਬਹੁਤੇ ਮਿੱਤਰ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਜਾਤ ਦੇ 'ਮੋਦੀ' ਹੀ ਹਨ । ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੇ ਤਾਂ ਹਾਲੇ ਸਿਰਫ ਤੇ ਸਿਰਫ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਦਾ ਬਿਗੱਲ ਵਜਾਇਆ ਹੈ ਹਾਲੇ ਬੜਾ ਕੁਝ ਇਕੱਠ ਦਾ ਤਾਣਾ ਬਾਣਾ ਤਾਂ ਬੁਣਿਆ ਜਾਣਾ ਬਾਕੀ ਹੈ ।ਇਸ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਰਹਿ ਗਈਆਂ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ , ਮੁਲਾਜਮ , ਇਸਤਰੀ , ਵਿਦਿਆਰਥੀ , ਨੌਜੁਆਨ ਜਥੇਬੰਦੀਆਂ, ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਚਿੰਤਕਾਂ ਆਦਿ ਸਭ ਨੇ ਇਕ ਜੁੱਟ ਹੋਣਾ ਹੈ ।ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਬਹਾਦਰ ਸੂਰਬੀਰਾਂ ਨੇ ਵੱਡੇ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਜਰਵਾਣਿਆਂ ਦੇ ਮੂੰਹ ਭੰਨੇ ਹੋਏ ਹਨ ।ਅੱਜ ਜਿਹੜੀ 'ਔਰੰਗਜੇਬ ਦੀ ਰੂਹ' ਇਕ ਭਾਜਪਾ ਦੇ ਆਗੂ ਵਿੱਚ ਆ ਗਈ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਹਿਟਲਰ ,ਸਿਕੰਦਰ , ਮਸੋਲੀਨੀ ਦੀ ਸੋਚ ਵਰਗੀ ਹੈ ।ਭਾਜਪਾ ਭਿੰਨ ਭਿੰਨ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਫੁੱਲਾਂ ਦਾ ਨਾਸ ਕਰਕੇ ਇਕ ਫੁੱਲ ਨੂੰ ਖਿੜਾ ਕੇ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ "ਹਿੰਦੂ ਰਾਸ਼ਟਰ" ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਬਹਾਦਰ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਨੇ ਇਕ ਜੁੱਟ ਹੋ ਕੇ ਅਜਿਹੀ ਸੋਚ ਦੇ ਧਾਰਨੀ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮੂੰਹ ਇਸ ਤਰਾਂ ਮੋੜੇ ਸਨ ਕਿ ਉਨਾਂ ਨੇ ਮੁੜ੍ਹ ਕੇ ਪੰਜਾਬ ਵੱਲ ਬੁਰੀ ਨਜਰ ਨਾਲ ਵੇਖਣ ਦੀ ਜੁਅਰਤ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕੀਤੀ ।ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਸਿਰਲੱਥ ਯੋਧੇ ਇਸ ਜਾਬਰ ਬਣ ਰਹੀ ਭਾਜਪਾ ਦਾ ਅਜਿਹਾ ਮੂੰਹ ਤੋੜਣਗੇ ਕਿ ਇਹ ਵੀ ਮੁੜ੍ਹ ਕੇ ਪੰਜਾਬ ਵੱਲ ਮੂੰਹ ਕਰਨ ਦੀ ਹਿੰਮਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਣਗੇ। ਇਹ ਸਭ ਕੁਝ ਤਾਂ ਹੀ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਹਰੇਕ ਪੰਜਾਬੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚੁਕੰਨਾ ਹੋਵੇ ।ਭਾਜਪਾ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਜੇਕਰ ਜਿੱਤ ਸਕਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਸਾਡੇ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ ਤੇ ਸਿਰਫ ਵੰਡੀਆਂ ਪਾ ਕੇ ਹੀ ! ਉਹ ਚਾਹੇਗੀ ਕਿ ਚੋਣ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਵੱਧ ਤੋ ਵੱਧ ਪਾਰਟੀਆਂ ਦੇ ਜਿਆਦਾ ਤੋਂ ਜਿਆਦਾ ਉਮੀਦਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਚੋਣ ਅਖਾੜ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਖੜਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਹਿਤੈਸ਼ੀ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਵੋਟਾਂ ਨੂੰ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵੰਡਿਆ ਜਾਵੇ ।ਭਾਜਪਾ ਨੂੰ ਲੱਕ ਤੋੜਵੀਂ ਹਾਰ ਦੇਣ ਲਈ ਪੰਜਾਬ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਰਾਜਨੀਤਕ ਪਾਰਟੀਆਂ ਦੇ ਈਮਾਨਦਾਰ ਆਗੂਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਿਛਲੇ ਸਾਰੇ ਸ਼ਿਕਵੇ ,ਗਿਲੇ ਆਦਿ ਸਭ ਕੁਝ ਨੂੰ ਭੁਲਾ ਕੇ ਸਿਰ ਜੋੜ੍ਹ ਕੇ ਇਕ ਪਾਰਟੀ ਦਾ ਗਠ੍ਹਣ ਕਰਨਾ ਪੈਣਾ ਹੈ।ਭਾਜਪਾ ਨੇ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਜਿੱਤਣ ਵਾਸਤੇ ਪੈਸੇ ਦੇ ਅੰਬਾਰ ਲਗਾ ਕੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੀਡਰਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਖਰੀਦਣਾ ਹੈ।

ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਦਹਿਸ਼ਤ ,ਸੀ. ਬੀ. ਆਈ. , ਈ. ਡੀ. ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕੀ ਕੁਝ ਹੋਰ ਸਭ ਕੁਝ ਨੂੰ ਵਰਤੇਗੀ ।ਪਰ ਜਦੋਂ 'ਪੰਜਾਬੀਓ' ਤੁਸੀ ਚਟਾਨ ਵਾਂਗ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋ ਗਏ ਫਿਰ ਭਾਜਪਾ ਦਾ ਬੁਣਿਆ ਜਾਲ ਸਭ ਕੁਝ ਮੂੰਹ ਭਾਰ ਡਿਗੇਗਾ ।ਸਮਾਂ ਬੜੀ ਤੇਜੀ ਨਾਲ ਭੱਜਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਸਭ ਨੂੰ ਰੱਲ ਮਿਲ ਕੇ ਹੁਣ ਤੋਂ ਹੀ ਆਪਣਾ ਏਕਾ ਉਸਾਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ।ਇਸ ਸ਼ੁਭ ਕਾਰਜ ਵਿੱਚ ਫਿਰ ਜਿਹੜਾ ਵੀ ਕੋਈ ਰੁਕਾਵਟ ਬਣੇ ਉਸ ਨੂੰ ਮੱਖਣ ਦੇ ਵਾਲ ਵਾਂਗ ਬਾਹਰ ਦਾ ਰਸਤਾ ਵਿਖਾਉਣ ਤੋਂ ਵੀ ਗੁਰੇਜ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ।ਆਸ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਸਿਰ ਲੱਥ ਯੋਧੇ ਆਪਣੇ ਏਕੇ ਨਾਲ ਭਾਜਪਾ ਦੀ ਸਾਜਿਸ਼ ਨੂੰ ਬੁਰੀ ਤਰਾਂ ਨਾ ਕਾਮਯਾਬ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਸਵੈਮਾਣ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਣਗੇ।

Information in Public Interest

To listen to **Dr.Gurdip Singh Sandhu** health education lecture series, go to https://youtu.be/-DUhK3cACEU, Sabrangstation.com ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੋਂ 6 ਵਜੇ ਤੱਕ ਰੇਡੀਓ ਸਭਰੰਗ ਰੇਡੀਓ ਪਰਵਾਜ ਯੂਟਿਊਬ ਅਤੇ ਫੇਸਬੁੱਕ ਉੱਪਰ ਸੋਮਵਾਰ ਰੇਡੀਓ ਪੰਜਾਬ 1310 AM ਸ਼ਾਮ 3.35 ਤੋਂ 3.55 ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ 4.35 ਤੋਂ 4.55 ਹਿੰਦੀ ਵਿੱਚ, ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਟੀਵੀ ਸੋਮਵਾਰ, ਬੁੱਧਵਾਰ ਅਤੇ ਸ਼ੁਕਰਵਾਰ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ।

Contact:(408) 687-1899, (925) 587-1148

MANI GREWAL

STANISLAUS COUNTY | DISTRICT 4
SUPERVISOR

ਸਤ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਜੀ

Stanislaus County Supervisor District-4
ਦੀ ਸੀਟ ਵਾਸਤੇ 2026 ਲਈ ਮਨੀ ਗਰੇਵਾਲ ਦੋਬਾਰਾ ਚੋਣ ਲੜਨ ਲਈ ਖੜੇ ਹੋਣ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ ਮਨੀ ਗਰੇਵਾਲ ਨੇ ਦਸੰਬਰ 2020 ਵਿੱਚ County Supervisor ਦਾ ਅਹੁਦਾ ਸੰਭਾਲਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਦੋਬਾਰਾ ਲੋਕਾਂ ਵਲੋਂ ਚੁਣ ਕੇ 2023 ਵਿੱਚ ਫਿਰ ਇਕ ਵਾਰ ਇਸ ਅਹੁਦੇ ਤੇ ਬਰਕਾਰ ਰਹੇ

4 ਸਾਲ ਦੀ ਟਰਮ ਪੂਰੀ ਹੋਣ ਤੇ 2026 ਦੇ ਜੂਨ ਮਹੀਨੇ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਚੋਣਾਂ ਲਈ ਓਸੇ ਹੀ District-4 ਤੋਂ ਦੋਬਾਰਾ ਮਨੀ ਗਰੇਵਾਲ ਚੋਣ ਲੜਨ ਲਈ ਖੜੇ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ।
ਪਿਛਲੇ 5 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਮਨੀ ਗਰੇਵਾਲ ਨੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਿਹਨਤ ਅਤੇ ਲਗਨ ਨਾਲ ਆਪਣੇ District ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕੀਤੀ ਹੈ
ਕਈ ਅਹਿਮ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟਾਂ ਨੂੰ ਸਿਰੇ ਚਾੜ੍ਹਿਆ ਅਤੇ ਹੁਣ ਵੀ ਕਈ ਨਵੇਂ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟਾਂ ਦੇ ਉੱਤੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿ Stanislaus County Supervisor District-4 ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਮਦਦ ਹੋ ਸਕੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਵੀਆਂ-ਨਵੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਣ।
ਮਨੀ ਗਰੇਵਾਲ ਇਕ ਵਧੀਆ ਅਤੇ ਮਿਹਨਤੀ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਸਬੰਧ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਮਨੀ ਗਰੇਵਾਲ ਨੇ

Business Administration ਵਿੱਚ
Bachelor of Science ਦੀ ਡਿਗਰੀ ਹਾਸਿਲ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਹੈ
ਇਸ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਉਮੀਦਵਾਰ ਤੁਹਾਡੇ District 4 ਲਈ ਕੋਈ ਹੋਰ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ

ਮਨੀ ਗਰੇਵਾਲ ਵਲੋਂ ਸਾਰੇ ਭੈਣਾਂ-ਭਰਾਵਾਂ, ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ-ਮਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਹੱਥ ਜੋੜ ਕੇ ਬੇਨਤੀ ਅਤੇ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ
ਆਪਣਾ VOTE ਅਤੇ SUPORT ਮੈਨੂੰ ਦਿਓ
ਸਤ ਸ੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਜੀ

ਸਕੂਲਾਂ 'ਚ ਗਰਮੀ ਦੀਆਂ ਛੁੱਟੀਆਂ ਦਾ ਹੋਇਆ ਐਲਾਨ 30 ਜੂਨ ਤਕ ਬੰਦ ਰਹਿਣਗੇ ਵਿੱਦਿਅਕ ਅਦਾਰੇ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਸਕੂਲੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਰਾਹਤ ਭਰੀ ਖ਼ਬਰ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈ ਹੈ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਦੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਗਰਮੀ ਦੀਆਂ ਛੁੱਟੀਆਂ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਮਿਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਨੁਸਾਰ 23 ਮਈ ਤੋਂ 30 ਜੂਨ 2026 ਤੱਕ ਗਰਮੀ ਦੀਆਂ ਛੁੱਟੀਆਂ ਐਲਾਨੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ 29 ਅਤੇ 30 ਜੂਨ ਨੂੰ ਅਧਿਆਪਕ (ਟੀਚਰ) ਸਕੂਲ ਆਉਣਗੇ।ਦੱਸ ਦਈਏ ਕਿ ਭਾਰਤੀ ਮੌਸਮ ਵਿਗਿਆਨ ਵਿਭਾਗ ਨੇ ਪੰਜਾਬ-ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਵਿੱਚ ਅੱਜ 'ਸੀਵੀਅਰ ਹੀਟਵੇਵ' ਯਾਨੀ ਭਾਰੀ ਗਰਮ ਹਵਾਵਾਂ ਦਾ ਅਲਰਟ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਗਰਮੀ ਅਤੇ ਲੂ ਕਾਰਨ ਲੋਕ ਹੀਟ ਸਟ੍ਰੋਕ ਅਤੇ ਗਰਮੀ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਲਪੇਟ ਵਿੱਚ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ, ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਅਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਬੀਮਾਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਮੱਦੇਨਜ਼ਰ ਹੀ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਛੁੱਟੀਆਂ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਲਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਦਿੱਲੀ-ਐਨਸੀਆਰ ਦੀ ਹਵਾ ਫਿਰ ਹੋਈ 'ਖਰਾਬ': ਗਰੈਪ-1 ਲਾਗੂ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਦਿੱਲੀ-ਐਨਸੀਆਰ ਦੀ ਹਵਾ ਇੱਕ ਵਾਰ ਫਿਰ ਖ਼ਰਾਬ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚ ਗਈ ਹੈ। ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ ਰਾਜਧਾਨੀ ਦਿੱਲੀ ਦਾ ਵਾਯੂ ਗੁਣਵੱਤਾ ਸੂਚਕਾਂਕ 208 ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਾਯੂ ਗੁਣਵੱਤਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਮਿਸ਼ਨ ਨੇ ਪੂਰੇ ਐਨਸੀਆਰ ਵਿੱਚ 'ਗ੍ਰੇਡਿਡ ਰਿਸਪਾਂਸ ਐਕਸ਼ਨ ਪਲਾਨ' ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਪੜਾਅ ਯਾਨੀ ਸਟੇਜ-1 ਦੀਆਂ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਤੁਰੰਤ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੋਂ ਲਾਗੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਕਦਮ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਸੋਧੇ ਹੋਏ ਗ੍ਰੈਪ ਸ਼ੈਡਿਊਲ ਤਹਿਤ ਚੁੱਕਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਗ੍ਰੈਪ-1 ਤਹਿਤ ਸੜਕਾਂ 'ਤੇ ਨਿਯਮਤ ਪਾਣੀ ਦਾ ਛਿੜਕਾਅ, ਧੂੜ ਕੰਟਰੋਲ, ਨਿਰਮਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ, ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਕੂੜਾ ਸਾੜਨ 'ਤੇ ਰੋਕ ਅਤੇ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਫੈਲਾਉਣ ਵਾਲੇ ਸਰੋਤਾਂ 'ਤੇ ਸਖ਼ਤ ਕਾਰਵਾਈ ਵਰਗੇ ਉਪਾਅ ਲਾਗੂ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਬੰਧਤ ਏਜੰਸੀਆਂ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਉਪਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਖ਼ਤੀ ਨਾਲ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖਣ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ।

ਸੀਏਕਿਊਐਮ ਨੇ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸਹਿਯੋਗ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਨਿੱਜੀ ਵਾਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਘੱਟ ਕਰਨ, ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਦੇਣ, ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਕੂੜਾ ਜਾਂ ਪੱਤੇ ਨਾ ਸਾੜਨ ਅਤੇ ਧੂੜ ਫੈਲਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਣ।

ਕਮਿਸ਼ਨ ਨੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਦਿੱਲੀ-ਐਨਸੀਆਰ ਦੀ ਹਵਾ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ 'ਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਨਜ਼ਰ ਬਣਾਈ ਰੱਖੇਗਾ।

ਏਕਿਊਆਈ ਅਤੇ ਮੌਸਮ ਵਿਭਾਗ ਦੀ ਭਵਿੱਖਬਾਣੀ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਅਗਲੇ ਪੜਾਵਾਂ ਦੀਆਂ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਵੀ ਲਾਗੂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਟਰੰਪ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੁਣ ਰੂਸੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਪਹੁੰਚਣਗੇ ਚੀਨ

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਅਮਰੀਕੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਡੋਨਾਲਡ ਟਰੰਪ ਦੇ ਚੀਨ ਦੌਰੇ ਦੇ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਹੁਣ ਰੂਸੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਵਲਾਦੀਮੀਰ ਪੁਤਿਨ ਵੀ ਰੂਸ ਆ ਰਹੇ ਹਨ। ਪੁਤਿਨ ਅੱਜ ਅਤੇ ਕੱਲ੍ਹ (19-20 ਮਈ ਨੂੰ) ਚੀਨ ਦੇ ਦੌਰੇ 'ਤੇ ਹੋਣਗੇ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਟਰੰਪ ਨੇ 13 ਤੋਂ 15 ਮਈ ਤੱਕ ਚੀਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰਤ ਦੌਰਾ ਕੀਤਾ ਸੀ।ਮੀਡੀਆ ਦੀਆਂ ਖਬਰਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਪੁਤਿਨ ਅਤੇ ਸ਼ੀ ਜਿਨਪਿੰਗ ਦੋਵਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਆਰਥਿਕ ਸਹਿਯੋਗ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਤੇ ਖੇਤਰੀ ਮੁੱਦਿਆਂ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨਗੇ। ਪੁਤਿਨ ਦਾ ਇਹ ਦੌਰਾ 2001 ਦੇ ਚੀਨ-ਰੂਸ ਦੋਸਤੀ ਸੰਧੀ ਦੀ 25ਵੀਂ ਵਰ੍ਹੇਗੰਢ ਦੇ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਹ ਫੇਰੀ ਅਜਿਹੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਆਈ ਹੈ ਜਦੋਂ ਪੱਛਮੀ ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੇ ਯੂਕਰੇਨ ਯੁੱਧ ਕਾਰਨ ਰੂਸ 'ਤੇ ਸਖ਼ਤ ਆਰਥਿਕ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਲਗਾਈਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਰੂਸ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸਰੋਤਾਂ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਉਤਪਾਦਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ, ਚੀਨ ਦੇ ਨੇੜੇ ਆ ਗਿਆ ਹੈ।ਦੱਸ ਦਈਏ ਕਿ ਟਰੰਪ ਦੀ ਚਾਈਨਾ ਫੇਰੀ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਰੂਸੀ ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰੀ ਸਰਗੇਈ ਲਾਵਰੋਵ ਦਾ ਵੀ ਬਿਆਨ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਹਾ ਕਿ, "ਜੇਕਰ ਚੀਨ ਅਤੇ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਜ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚਕਾਰ ਕੋਈ ਸਮਝੌਤਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਸਾਡੇ ਚੀਨੀ ਦੋਸਤਾਂ ਦੇ ਹਿੱਤ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਖੁਸ਼ ਹੋਵਾਂਗੇ। ਚੀਨ ਅਤੇ ਰੂਸ ਵਿਚਕਾਰ ਸਬੰਧ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਰਵਾਇਤੀ ਫੌਜੀ ਅਤੇ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਗੱਠਜੋੜ ਨਾਲੋਂ ਡੂੰਘੇ ਅਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹਨ।"

ਗੌਤਮ ਅਡਾਨੀ ਲਈ ਅਮਰੀਕਾ ਤੋਂ ਆਈ ਰਾਹਤ ਭਰੀ ਖ਼ਬਰ

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਅਡਾਨੀ ਗਰੁੱਪ ਦੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਗੌਤਮ ਅਡਾਨੀ ਲਈ ਅਮਰੀਕਾ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਭਰੀ ਖ਼ਬਰ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈ ਹੈ। ਅਸਲ 'ਚ ਗੌਤਮ ਅਡਾਨੀ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਭਤੀਜੇ ਸਾਗਰ ਅਡਾਨੀ ਨੂੰ ਅਮਰੀਕੀ ਨਿਆਂ ਵਿਭਾਗ ਨੇ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਰਾਹਤ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਅਮਰੀਕੀ ਨਿਆਂ ਵਿਭਾਗ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਸਾਰੇ ਅਪਰਾਧਿਕ ਮਾਮਲੇ ਸਥਾਈ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਾਪਸ ਲੈ ਲਏ ਹਨ।

ਨਿਆਂ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਇਸ ਫੈਸਲੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਨਿਊਯਾਰਕ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਹੀ ਵਿਵਾਦਪੂਰਨ ਧੋਖਾਧੜੀ ਦਾ ਮਾਮਲਾ ਬੰਦ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।ਅਮਰੀਕੀ ਵਕੀਲਾਂ ਨੇ ਅਦਾਲਤੀ ਫਾਈਲਿੰਗ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਹੁਣ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪੈਰਵੀ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਅਮਰੀਕੀ ਵਕੀਲਾਂ ਨੇ ਪੂਰਬੀ ਨਿਊਯਾਰਕ ਦੀ ਇੱਕ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕੇਸ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਪਰਾਧਿਕ ਦੋਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਨਾ ਵਧਾਉਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਦੋਸ਼ਾਂ ਨੂੰ "ਸਥਾਈ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਾਰਜ" ਕਰਨ ਦਾ ਹੁਕਮ ਦਿੱਤਾ, ਜਿਸਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕੇਸ ਹੁਣ ਦੁਬਾਰਾ ਨਹੀਂ ਖੋਲ੍ਹਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ।

ਦੱਸ ਦਈਏ ਕਿ ਇਹ ਮਾਮਲਾ 2024 ਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਅਮਰੀਕੀ ਸਟਾਕ ਮਾਰਕੀਟ ਰੈਗੂਲੇਟਰ, ਯੂਐਸ ਸਿਕਿਓਰਿਟੀਜ਼ ਐਂਡ ਐਕਸਚੇਂਜ ਕਮਿਸ਼ਨ (ਐਸਈਸੀ) ਨੇ ਭਾਰਤੀ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਗੌਤਮ ਅਡਾਨੀ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਭਤੀਜੇ ਸਾਗਰ ਅਡਾਨੀ ਵਿਰੁੱਧ ਗੰਭੀਰ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਏ।

CENTRAL VALLEY *FIRST.*

VIN
KRUTTIVENTI
FOR CONGRESS

**COMMON SENSE.
AFFORDABLE LIVING.
SAFE COMMUNITIES.
ACCOUNTABILITY.**

Businessman. Job Creator. Proven Leader.

VIN
KRUTTIVENTI
FOR CONGRESS

★ WIN ★
WITH VIN

ਮੇਰਾ ਨਾਂ ਵਿਨ ਕਰੁੱਤੀਵੇਂਟੀ ਹੈ- ਇੱਕ ਵਪਾਰੀ ਅਤੇ ਨੌਕਰੀ ਸਿਰਜਣਹਾਰ, ਇੱਕ ਕਰੀਅਰ ਸਿਆਸਤਦਾਨ ਨਹੀਂ. ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕੰਪਨੀਆਂ ਬਣਾਉਣ, ਨੌਕਰੀਆਂ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਅਸਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਬਿਤਾਈ ਹੈ.

ਮੈਂ ਕਾਂਗਰਸ ਲਈ ਚੋਣ ਲੜ ਰਿਹਾ ਹਾਂ ਤਾਂ ਜੋ ਸੈਂਟਰਲ ਵੈਲੀ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕੇ. ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਟੁੱਟ ਗਿਆ ਹੈ, ਖਰਚੇ ਵਧ ਰਹੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਇਸ ਦੀ ਕੀਮਤ ਅਦਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ. ਸਾਨੂੰ ਅਜਿਹੀ ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਜੋ ਨਤੀਜੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇ - ਬਹਾਨੇ ਨਹੀਂ।

ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਚੁਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ:

★ ਅਰਥਵਿਵਸਥਾ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਾਂਗੇ — ਖਰਚੇ ਘਟਾਵਾਂਗੇ!
★ ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਬਣਾਵਾਂਗੇ — ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਕਾਰੋਬਾਰ ਵਾਂਗ ਚਲਾਵਾਂਗੇ
★ ਆਪਣੀਆਂ ਕਮਿਊਨਿਟੀਆਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਾਂਗੇ — ਗੈਂਗਾਂ ਅਤੇ ਜੁਰਮ 'ਤੇ ਸਖ਼ਤ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਾਂਗੇ
★ ਸਰਹੱਦ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਾਂਗੇ — ਕਾਨੂੰਨ ਲਾਗੂ ਕਰਾਂਗੇ ਅਤੇ ਗੈਰਕਾਨੂੰਨੀ ਪਰਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਡਿਪੋਰਟ ਕਰਾਂਗੇ
★ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਅਤੇ ਨੌਕਰੀਆਂ ਨੂੰ ਵਧਾਵਾਂਗੇ — ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਾਂਗੇ ਅਤੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਅਤੇ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਲਈ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਘਟਾਵਾਂਗੇ

ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ ਦੀਆਂ ਰੀਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟਿੰਗ ਖੇਡਾਂ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਰਗੇ ਸਿਆਸਤਦਾਨਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕੀਤੀ. ਹੁਣ ਸਾਡੀ ਵਾਰੀ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇੱਕ ਅਸਲੀ ਬਾਹਰੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਭੇਜੀਏ ਜੋ ਸੈਂਟਰਲ ਵੈਲੀ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਨੂੰ D.C. ਦੇ ਡਰਾਮੇ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

**LEARN MORE AT
VIN4CONGRESS.COM**

com/vin4congress   @vin4congress

PAID FOR BY VIN KRUTTIVENTI FOR CONGRESS CA-13

ਜਿੱਥੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਧਾਰਮਿਕ ਸਮਾਗਮ ਬੜੀ ਸ਼ਰਧਾ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਾਲ ਸੰਗਤਾਂ ਲਈ ਕਰਵਾਏ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ

ਆਓ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਪ੍ਰਵਾਹ ਨਾਲ ਜੁੜ ਕੇ ਗੁਰੂ ਪਿਤਾ ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੀਏ

ਸੰਗਤ ਰੂਪੀ ਸਹਿਜ ਪਾਠ ਰੋਜ਼ਾਨਾ 9:15 ਤੋਂ 10:00 ਵਜੇ ਤੱਕ

ਕਥਾ ਕੀਰਤਨ ਤੇ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚਾਰ

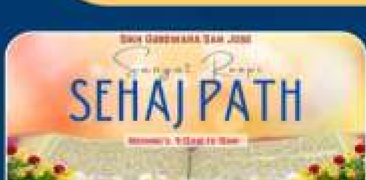
ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਭਾਈ ਪਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਜੀ ਵਲੋਂ 11 ਮਈ ਤੋਂ 17 ਮਈ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਤੱਕ ਸ਼ਾਮ 7:30 ਤੋਂ 8:45 ਵਜੇ ਤੱਕ ਐਤਵਾਰ ਦੁਪਹਿਰ 12:15 ਤੋਂ 1:30 ਵਜੇ ਤੱਕ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ

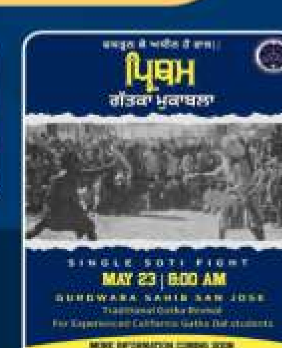
- ਜੇਠ ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਸੰਗਰਾਂਦ 15 ਮਈ ਨੂੰ ਮਨਾਈ ਜਾਵੇਗੀ -

- ਪ੍ਰਿਥਮ ਗੱਤਕਾ ਮੁਕਾਬਲਾ 23 ਮਈ ਦਿਨ ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 8:00 ਵਜੇ ਹੋਵੇਗਾ -

ਗੁਰਬਾਣੀ ਕੀਰਤਨ

ਭਾਈ ਹਰਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਜੀ (ਸ੍ਰੀਨਗਰ ਵਾਲੇ) 27 ਮਈ ਤੋਂ 30 ਮਈ ਤੱਕ ਸ਼ਾਮ 7:30 ਤੋਂ 8:30 ਵਜੇ ਤੱਕ 31 ਮਈ ਨੂੰ ਦੁਪਹਿਰ 12:30 ਤੋਂ 1:30 ਵਜੇ ਤੱਕ ਰਸਭਿੰਨਾ ਕੀਰਤਨ ਕਰਨਗੇ





Address : 3636 Gurdwara Ave, San Jose, CA, 95148
www.sanjosegurdwara.com | (408) 274-9373

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

ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਹਰੇਕ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ 10 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਤੱਕ ਦੀ ਮੈਡੀਕਲ ਬੱਚਤ? ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਦੀ 'ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ' ਨਾਲ ਮੱਧ ਵਰਗ ਸਮੇਤ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੱਡੀ ਰਾਹਤ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਬੀਮਾਰੀ ਕਈ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ ਦਰਦ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਘਬਰਾਹਟ ਵੀ ਲੈ ਕੇ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖ਼ਲ ਹੋਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਅਕਸਰ ਜਲਦਬਾਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਉਧਾਰ ਲੈਣਾ, ਗਹਿਣੇ ਗਿਰਵੀ ਰੱਖਣਾ ਜਾਂ ਕੁੱਝ ਹੀ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਜੀਵਨ ਭਰ ਦੀ ਬੱਚਤ ਨੂੰ ਖ਼ਤਮ ਹੁੰਦੇ ਦੇਖਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਪਰਿਵਾਰ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਉਮੀਦ ਵਿੱਚ ਕਿ ਸ਼ਾਇਦ ਹਾਲਾਤ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਣ ਕਿਉਂਕਿ ਇਲਾਜ ਦਾ ਖ਼ਰਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬੀਮਾਰੀ ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਭਾਰੀ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।

ਸਾਲ 2021 ਵਿੱਚ 'ਐਪਲਾਈਡ ਹੈਲਥ ਇਕਨਾਮਿਕਸ ਐਂਡ ਹੈਲਥ ਪਾਲਿਸੀ' ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਇੱਕ ਅਧਿਐਨ ਨੇ ਉਸ ਸੱਚਾਈ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕੀਤਾ, ਜਿਸਨੂੰ ਲੋਕ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਸਨ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਇਲਾਜ ਦਾ ਖ਼ਰਚ ਪਰਿਵਾਰਾਂ 'ਤੇ ਭਾਰੀ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਕਸਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਆਰਥਿਕ ਸੰਕਟ ਵੱਲ ਧੱਕ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਰਵੇਖਣ ਦੇ ਅੰਕੜਿਆਂ 'ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਇਸ ਅਧਿਐਨ ਵਿੱਚ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਕਿ ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਵਰਗੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਪਰਿਵਾਰਾਂ 'ਤੇ ਵੱਡਾ ਆਰਥਿਕ ਬੋਝ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਨਿੱਜੀ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ। ਕਈ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਲਾਜ ਦੀ ਲਾਗਤ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਗਰੀਬੀ ਵੱਲ ਧੱਕ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਸਪੱਸ਼ਟ ਸੰਕੇਤ ਹੈ ਕਿ ਬੀਮਾਰੀ ਸਿਰਫ਼ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਆਰਥਿਕ ਸੰਕਟ ਦਾ ਵੀ ਵਿਸ਼ਾ ਹੈ।ਪਰ ਅੱਜ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੱਖਰੀ ਤਸਵੀਰ ਉੱਭਰਦੀ ਹੋਈ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਰਹੀ ਹੈ। 'ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ' ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੇ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਤਜ਼ਰਬੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਬਦਲਾਅ ਵਜੋਂ ਉੱਭਰੀ ਹੈ।

ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਭਰੋਸਾ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਇਲਾਜ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੁਣ ਆਰਥਿਕ ਸੰਕਟ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗਾ।ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ, ਜਿੱਥੇ ਕਦੇ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਦੇ ਬਿੱਲ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਕਰਜ਼ੇ ਅਤੇ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਵੱਲ ਧੱਕ ਦਿੰਦੇ ਸਨ, ਉੱਥੇ 'ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ' ਹੁਣ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਦਲ ਰਹੀ ਹੈ। 10 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦੇ ਕੈਸ਼ਲੈੱਸ ਇਲਾਜ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਵਾਲੀ ਇਸ ਯੋਜਨਾ ਤਹਿਤ ਹੁਣ ਤੱਕ 1.59 ਲੱਖ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਭਪਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲ ਚੁੱਕੀ ਹੈ।

ਆਮ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਇਹ ਯੋਜਨਾ ਕਿਸੇ ਰਾਹਤ ਤੋਂ ਘੱਟ ਨਹੀਂ, ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਡਰ ਤੋਂ ਹੀ ਘਬਰਾ ਜਾਂਦੇ ਸਨ।ਸਿਹਤ ਮੰਤਰੀ ਡਾ. ਬਲਬੀਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਸਾਡਾ ਉਦੇਸ਼ ਹੈ ਕਿ ਜਟਿਲ ਸਰਜਰੀਆਂ ਅਤੇ ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਡਾਇਲਿਸਿਸ, ਨਵਜਾਤ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਤੱਕ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਸਿਰਫ਼ ਪੈਸਿਆਂ ਦੀ ਕਮੀ ਕਾਰਨ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਵਾਂਝਾ ਨਾ ਰਹੇ।

ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵਾਸੀਆਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਮੱਧ ਵਰਗੀ ਪਰਿਵਾਰ, ਸਰਕਾਰੀ ਕਰਮਚਾਰੀ ਅਤੇ ਪੈਨਸ਼ਨਰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀ ਪਰਿਵਾਰ ਸਾਲਾਨਾ 10 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਤੱਕ ਦੀ ਕੈਸ਼ਲੈੱਸ ਸਿਹਤ ਕਵਰੇਜ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।"ਇਹ ਯੋਜਨਾ ਅਪਡੇਟ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹੈਲਥ ਬੈਨੀਫਿਟ ਪੈਕੇਜ 2.2 ਫਰੇਮਵਰਕ ਤਹਿਤ ਚੱਲ ਰਹੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ 2,300 ਹੈਲਥ ਬੈਨੀਫਿਟ ਪੈਕੇਜ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਹ ਸਹੂਲਤਾਂ 839 ਸਰਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੂਚੀਬੱਧ ਨਿੱਜੀ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲੱਬਧ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ 98 ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਇਲਾਜ ਪੈਕੇਜ ਸਿਰਫ਼ ਸਰਕਾਰੀ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਲਈ ਰਾਖਵੇਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ।ਇਸ ਯੋਜਨਾ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੁਣ ਸਪੱਸ਼ਟ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਲੱਗਾ ਹੈ। 16 ਮਈ ਤੱਕ 1.59 ਲੱਖ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਭਪਾਤਰੀਆਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾ ਚੁੱਕਾ ਸੀ ਅਤੇ 3.11 ਲੱਖ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ। ਹੁਣ ਤੱਕ 522 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਚੁੱਕੀ ਹੈ। ਹਰ ਅੰਕੜੇ ਦੇ ਪਿੱਛੇ ਇੱਕ ਕਹਾਣੀ ਹੈ ਇੱਕ ਕਿਸਾਨ ਦੀ, ਜਿਸਨੂੰ ਸਰਜਰੀ ਲਈ ਆਪਣੀ ਜ਼ਮੀਨ ਨਹੀਂ ਵੇਚਣੀ ਪਈ; ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਦੀ, ਜਿਸਦਾ ਇਲਾਜ ਬਿਨਾਂ ਦੇਰੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ ਅਤੇ ਉਸ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ, ਜੋ ਗੰਭੀਰ ਬੀਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਰਜ਼ੇ ਦੇ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਫਸਣ ਤੋਂ ਬਚ ਗਿਆ।ਲੁਧਿਆਣਾ ਦੀਆਂ ਸ਼ੋਰ-ਸ਼ਰਾਬੇ ਵਾਲੀਆਂ ਗਲੀਆਂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤਰਨ ਤਾਰਨ ਦੇ ਸ਼ਾਂਤ ਪਿੰਡਾਂ ਤੱਕ ਯੋਜਨਾ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧ ਰਹੀ ਹੈ। ਹੁਣ ਤੱਕ 44 ਲੱਖ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਿਹਤ ਕਾਰਡ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ ਜਾ ਚੁੱਕੇ ਹਨ, ਜੋ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਵਧਦੇ ਭਰੋਸੇ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਲੁਧਿਆਣਾ, ਪਟਿਆਲਾ ਅਤੇ ਜਲੰਧਰ ਵਰਗੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ ਵਿੱਚ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਨਾਮਾਂਕਨ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਪਰਿਵਾਰ ਹੁਣ ਡਰ ਕਰਕੇ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਤਿਆਰੀ ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਆ ਰਹੇ ਹਨ।ਇਸ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਖਾਸੀਅਤ ਇਸ ਦੀ ਸੁਖਾਲੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ। ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕਾਮਨ ਸਰਵਿਸ ਸੈਂਟਰਾਂ, ਸਰਕਾਰੀ ਹਸਪਤਾਲਾਂ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਦਫ਼ਤਰਾਂ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕੈਂਪਾਂ ਵਿੱਚ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਧਾਰ ਕਾਰਡ ਅਤੇ ਵੋਟਰ ਕਾਰਡ ਵਰਗੇ ਆਮ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਹੀ ਕਾਫ਼ੀ ਹਨ। ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖ਼ਲੇ ਦਾ ਖ਼ਰਚ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਬੀਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਛੁਪੇ ਹੋਏ ਖਰਚਿਆਂ ਤੋਂ ਵੀ ਰਾਹਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਸਿਹਤ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਤਹਿਤ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ 10 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਤੱਕ ਦੀ ਬੱਚਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ:*

* ਸਰਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੂਚੀਬੱਧ ਨਿੱਜੀ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਤੀ ਸਾਲ 10 ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਤੱਕ ਦਾ ਕੈਸ਼ਲੈੱਸ ਇਲਾਜ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਮੈਡੀਕਲ ਖ਼ਰਚ ਘਟ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
* ਸਰਜਰੀ, ਡਾਇਲਿਸਿਸ, ਕੈਂਸਰ ਇਲਾਜ, ਨਵਜਾਤ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।
* ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਦੇ ਖ਼ਰਚ ਵੀ ਕਵਰ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਛੁਪੇ ਹੋਏ ਆਰਥਿਕ ਬੋਝ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।
* ਸਥਾਨਕ ਕੇਂਦਰਾਂ ਅਤੇ ਸਰਕਾਰੀ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਸੌਖੀ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ।
* ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਕਰਜ਼ਾ ਲੈਣ, ਜਾਇਦਾਦ ਵੇਚਣ ਅਤੇ ਉੱਚ ਵਿਆਜ 'ਤੇ ਉਧਾਰ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ।ਸਿਹਤ ਮਾਹਿਰਾਂ ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਯੋਜਨਾ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਹਕੀਕਤ ਨੂੰ ਬਦਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਅਜਿਹੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ, ਜਿੱਥੇ ਨਿੱਜੀ ਮੈਡੀਕਲ ਖ਼ਰਚ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧ ਰਹੇ ਹਨ, ਇਹ ਯੋਜਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਪੈਸਾ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਲੱਖਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਚਿਤਤਾ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਪੈਸੇ ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਦੁਰਲੱਭ ਹੈ। ਇਹ ਨਿਸ਼ਚਿਤਤਾ ਇੰਝ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਸਾਹ ਰੋਕਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਅਕਤੀ ਮੁੜ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਸਾਹ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

"ਮੈਕਸ ਕਰੋ, ਰਿਲੈਕਸ ਕਰੋ" ਮੁਹਿੰਮ

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਪਰ ਅਣਦੇਖੀਆਂ ਚੁਣੌਤੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਆਪਣੇ ਘਰਾਂ ਨੂੰ ਪੇਂਟ ਕਰਨ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਤਣਾਅ ਅਤੇ ਉਲਝਣ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸਹੀ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਟਿਕਾਊਤਾ, ਫਿਨਿਸ਼ ਅਤੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਤੱਕ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਅਕਸਰ ਭਾਰੀ ਪੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। "ਮੈਕਸ ਕਰੋ, ਰਿਲੈਕਸ ਕਰੋ" ਮੁਹਿੰਮ ਦੇ ਨਾਲ, ਜੇ.ਕੇ ਮੈਕਸ ਪੇਂਟਸ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇੱਕ ਅਜਿਹੇ ਬ੍ਰਾਂਡ ਵਜੋਂ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਭਰੋਸੇਮੰਦ, ਉੱਚ-ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਹੱਲ ਪੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਇਸ ਯਾਤਰਾ ਨੂੰ ਸਰਲ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਾਲ ਸਹੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ਕਤੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਉਪਭੋਗਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸੁੰਦਰ, ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕੰਧਾਂ ਦਾ ਯਕੀਨ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।ਇੱਕ ਹਲਕੇ-ਫੁਲਕੇ ਅਤੇ ਹਾਸੇ-ਮਜ਼ਾਕ ਵਾਲੇ ਸੁਰ ਵਿੱਚ ਸੰਕਲਪਿਤ, ਨਵੀਂ ਟੀਵੀਸੀ ਫਿਲਮ ਸਮਾਜਿਕ ਇਕੱਠਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਅਕਸ਼ੈ ਕੁਮਾਰ ਮੇਜ਼ਬਾਨ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਹਰ ਸਵਾਲ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਕਿੰਨਾ ਵੀ ਅਸੰਬੰਧਿਤ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਉਹ ਇੱਕੋ ਜਵਾਬ ਨਾਲ ਸਭ ਨੂੰ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਕਰਦਾ ਹੈ: "ਜੇ.ਕੇ. ਮੈਕਸ"।

ਇਹ ਉਸਦੇ ਦੋਸਤਾਂ ਵਿੱਚ ਉਲਝਣ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਉਸਦੀ ਪਤਨੀ ਇਸਦੇ ਪਿੱਛੇ ਦੇ ਕਾਰਨ ਨੂੰ ਸਮਝਦੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਫਲੈਸ਼ਬੈਕ ਫਿਰ ਉਸਦੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੀ ਪੇਂਟਿੰਗ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਪੁੱਟੀ, ਪ੍ਰਾਈਮਰ ਅਤੇ ਪੇਂਟ ਵਿੱਚ ਹਰ ਮਾਹਰ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਲਗਾਤਾਰ ਜੇ.ਕੇ. ਮੈਕਸ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਗੱਲ ਦੀ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਦੁਹਰਾਈ ਮਨ 'ਤੇ ਅਜਿਹੀ ਡੂੰਘੀ ਛਾਪ ਛੱਡਦੀ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਸਵਾਲ ਲਈ ਇੱਕੋ-ਇੱਕ ਪੱਕਾ ਜਵਾਬ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।ਦਹਾਕਿਆਂ ਦੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਤਕਨੀਕੀ ਮੁਹਾਰਤ ਦੁਆਰਾ ਸਮਰਥਤ, ਜੇ.ਕੇ. ਮੈਕਸ ਪੇਂਟਸ ਸਤਹ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਅੰਤਿਮ ਕੋਟ ਤੱਕ ਹਰ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਕੰਧਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਸੰਪੂਰਨ ਹੱਲ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਘਰ ਦੇ ਮਾਲਕਾਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ਵਾਸ, ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਅਤੇ ਆਸਾਨੀ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਮੁਹਿੰਮ ਰਾਹੀਂ, ਅਕਸ਼ੈ ਕੁਮਾਰ ਇਸ ਵਿਚਾਰ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਬ੍ਰਾਂਡ ਦੇ ਭਰੋਸੇਯੋਗਤਾ, ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਅਤੇ ਸਾਦਗੀ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੁੱਲਾਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪੇਂਟ ਦੇ ਸਿਰਫ਼ ਸਹੀ ਬ੍ਰਾਂਡ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਨਾਲ ਪੂਰੀ ਪੇਂਟਿੰਗ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਤੋਂ ਤਣਾਅ ਦੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।ਮੁਹਿੰਮ 'ਤੇ ਟਿੱਪਣੀ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਨਿਤੀਸ਼ ਚੋਪੜਾ, ਵਪਾਰ ਮੁਖੀ ਵ੍ਹਾਈਟ ਸੀਮਿੰਟ ਅਤੇ ਪੇਂਟਸ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਅੱਜ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਦੇ ਘਰ ਨੂੰ ਸੁੰਦਰ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੇ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਸਹੀ ਪੁੱਟੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਈਮਰ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ, ਸਹੀ ਪੇਂਟ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਤੱਕ, ਅਕਸਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। "ਮੈਕਸ ਕਰੋ, ਰਿਲੈਕਸ ਕਰੋ" ਮੁਹਿੰਮ ਦੇ ਨਾਲ, ਸਾਡਾ ਧਿਆਨ ਜੇ.ਕੇ ਵਾਲਮੈਕਸਐਕਸ ਪੁੱਟੀ ਅਤੇ ਜੇ.ਕੇ ਵ੍ਹਾਈਟਮੈਕਸਐਕਸ ਸੀਮਿੰਟ ਦੀ ਭਰੋਸੇਯੋਗ ਵਿਰਾਸਤ ਦੁਆਰਾ ਸਮਰਥਤ ਇੱਕ ਸੰਪੂਰਨ, ਐਂਡ-ਟੂ-ਐਂਡ ਹੱਲ ਪੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਦੀ ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਸਰਲ ਬਣਾਉਣ 'ਤੇ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਹੈ। ਇਸ ਮੁਹਿੰਮ ਦੇ ਨਾਲ, ਜੇ.ਕੇ ਮੈਕਸ ਪੇਂਟਸ ਪੇਂਟਿੰਗ ਯਾਤਰਾ ਦੇ ਹਰ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਭਰੋਸੇਯੋਗਤਾ, ਇਕਸਾਰਤਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਦੇ ਵਾਅਦੇ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਖਪਤਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਚੋਣਾਂ ਦਾ ਦੂਜਾ ਅੰਦਾਜ਼ਾ ਲਗਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ।

ਅਕਸ਼ੈ ਕੁਮਾਰ ਦੀ ਭਰੋਸੇਯੋਗਤਾ ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਅਪੀਲ ਇਹਨਾਂ ਮੁੱਲਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਭਾਰਤ ਭਰ ਦੇ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਭਰੋਸੇਯੋਗਤਾ, ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਸਾਦਗੀ ਦੇ ਸਾਡੇ ਸੰਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ।"ਅਸੀਂ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਘਰ ਨੂੰ ਪੇਂਟ ਕਰਨਾ ਇੱਕ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਯਾਤਰਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਅੱਜ ਦੇ ਖਪਤਕਾਰ ਭਰੋਸੇਯੋਗਤਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਉਹ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। "ਮੈਕਸ ਕਰੋ, ਰਿਲੈਕਸ ਕਰੋ" ਮੁਹਿੰਮ ਦੇ ਨਾਲ, ਜੇ.ਕੇ. ਮੈਕਸ ਪੇਂਟਸ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਘਰ ਦੇ ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਚੋਣਾਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਮੁਹਿੰਮ ਦੇ ਚਿਹਰੇ ਵਜੋਂ ਅਕਸ਼ੈ ਕੁਮਾਰ ਦੇ ਹੋਣ ਨਾਲ ਬ੍ਰਾਂਡ ਦੀ ਭਰੋਸੇਯੋਗਤਾ ਅਤੇ ਸੰਬੰਧਤਾ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਹਲਕਾ-ਫੁਲਕਾ ਬਿਰਤਾਂਤ ਖਪਤਕਾਰਾਂ, ਪ੍ਰਭਾਵਕਾਂ ਅਤੇ ਚੈਨਲ ਭਾਈਵਾਲਾਂ ਨਾਲ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੁੜੇਗਾ" ਅਮਨਦੀਪ ਮਲਹਾਰੀ ਮਾਰਕੀਟਿੰਗ ਮੁਖੀ, ਵ੍ਹਾਈਟ ਸੀਮਿੰਟ ਅਤੇ ਪੇਂਟਸ ਨੇ ਕਿਹਾ।ਇਸ ਏਕੀਕ੍ਰਿਤ ਮੁਹਿੰਮ ਨੂੰ ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ, ਓ.ਟੀ.ਟੀ, ਸੀ.ਟੀ.ਵੀ., ਡਿਜੀਟਲ, ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ, ਆਊਟਡੋਰ ਅਤੇ ਰਿਟੇਲ ਟਚਪੁਆਇੰਟਾਂ 'ਤੇ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

Space available for Ad
Contact # +1 (209) 303-1260
Contact # +91 81463-20009

2026
VOTE
CHRISTINE
BISH
CONGRESS
ਇਹ ਬਦਲਾਅ ਦਾ ਸਮਾਂ ਹੈ
ਅਤੇ ਕ੍ਰਿਸਟੀਨ ਬਿਸ਼ ਹੀ ਉਹ ਨੇਤਾ ਹੈ
ਜਿਸਦੀ ਸਾਨੂੰ ਲੋੜ ਹੈ ਕ੍ਰਿਸਟੀਨ ਬਿਸ਼ ਨੂੰ ਵੋਟ ਦਿਓ
ਅਤੇ ਆਓ ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ ਕਾਉਂਟੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਾਰਿਆਂ
ਲਈ ਇੱਕ ਬਿਹਤਰ ਜਗ੍ਹਾ ਬਣਾਈਏ।
REPUBLICAN CANDIDATE
FOR CALIFORNIA
TUESDAY
JUNE 2
2026
• Paid for by Bish for Congress FEC#C00721548
www.BishforCongress.com

ਸ਼ਸਤ੍ਰਨ ਕੇ ਅਧੀਨ ਹੈ ਰਾਜ||

ਪ੍ਰਿਥਮ

ਗੱਤਕਾ ਮੁਕਾਬਲਾ

SINGLE SOTI FIGHT

MAY 23 | 8:00 AM

GURDWARA SAHIB SAN JOSE

Traditional Gatka Revival

For Experienced California Gatka Dal students

MORE INFORMATION COMING SOON

(209) 608-0925 @prithamgatkamukabla

RAKHI ISRANI
Democrat for U.S. Congress

ਮੈਂ ਇੱਕ ਕਾਰੋਬਾਰ ਬਣਾਇਆ ਹੈ
ਸੈਂਕੜੇ ਨੌਕਰੀਆਂ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ
ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਹੈ
ਜੋ ਚੱਲਣ ਲਈ ਸੰਘਰਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਲੜਨ ਲਈ ਕਾਂਗਰਸ ਲਈ ਚੋਣ ਲੜ ਰਹੀ ਹਾਂ

ਕਾਂਗਰਸ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਗਲੇ ਮੈਂਬਰ ਵਜੋਂ
ਰਾਖੀ ਇਸ ਲਈ ਲੜੇਗੀ :

- ਪੂਰਬੀ ਖਾੜੀ ਨੂੰ ਹਰ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਕਿਫਾਇਤੀ ਬਣਾਓ
- ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਸਿਸਟਮ ਮੰਗੋ ਜੋ ਕੰਮ ਕਰੇ
- ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਲੋਕਤੰਤਰ ਬਚਾਓ
- Snap ਅਤੇ ਮੈਡੀਕੇਅਰ ਫੰਡਿੰਗ ਵਿੱਚ ਕਟੌਤੀਆਂ ਨੂੰ ਬਹਾਲ ਕਰੋ

www.RakhiForCongress.com 'ਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ

ਰਾਖੀ ਇਸਰਾਨੀ ਪ੍ਰਵਾਸੀਆਂ ਦੀ ਧੀ ਹੈ
ਜੋ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ ਦ੍ਰਿੜ ਇਰਾਦੇ ਨਾਲ ਆਈ ਸੀ।

ਉਸਨੇ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਮੁੱਢ ਤੋਂ ਜੀਵਨ ਬਣਾਉਂਦੇ ਦੇਖਿਆ ਅਤੇ ਫਿਰ ਉਸਨੇ ਵੀ ਅਜਿਹਾ ਹੀ ਕੀਤਾ। ਰਾਖੀ ਨੇ ਇੱਕ ਈਸਟ ਬੇ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਕੰਪਨੀ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਕੀਤੀ ਜੋ ਇੱਕ ਦੇਸ਼ ਵਿਆਪੀ ਕਾਰਜ ਵਿੱਚ ਵਧੀ ਸੈਂਕੜੇ ਨੌਕਰੀਆਂ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕਾਲਜ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਪਹੁੰਚਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕੀਤੀ।

ਇੱਕ ਵਕੀਲ, ਸਿੱਖਿਅਕ, ਗੈਰ-ਮੁਨਾਫ਼ਾ ਆਗੂ, ਅਤੇ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਮਾਲਕ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਤੇ, ਜਿਸਨੇ ਈਸਟ ਬੇ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਚਾਰ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਰਵਰਿਸ਼ ਕਰਨ ਵਿੱਚ 20 ਸਾਲ ਬਿਤਾਏ ਹਨ, ਰਾਖੀ ਜਾਣਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇੱਥੇ ਕਿਹੜੇ ਪਰਿਵਾਰ ਹਨ। ਉਸਨੇ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਦੀ ਲਾਗਤ ਨੂੰ ਅਸਮਾਨ ਛੂਹਦੇ ਦੇਖਿਆ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕਿ ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਹੋਰ ਵੀ ਵਿਘਨਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੁੰਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਨੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਉਹ ਨਤੀਜੇ ਦੇਣ ਲਈ ਕਾਂਗਰਸ ਲਈ ਚੋਣ ਲੜ ਰਹੀ ਹੈ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਸ਼ੋਰ ਨਹੀਂ।

Learn more at www.RakhiForCongress.com

ਕੁਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਦੇ 65ਵੇਂ ਜਨਮਦਿਨ ਮੌਕੇ ਪੋਤਰੇ-ਪੋਤਰੀਆਂ ਨੇ ਕਰਵਾਇਆ ਸ੍ਰੀ ਸੁਖਮਣੀ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਪਾਠ

ਯੂਬਾ ਸਿਟੀ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਅਪਾਰ ਕਿਰਪਾ ਸਦਕਾ ਕੁਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਦਾ 65ਵਾਂ ਜਨਮਦਿਨ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪੋਤਰੇ-ਪੋਤਰੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਸਿੱਖ ਟੈਂਪਲ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਯੂਬਾ ਸਿਟੀ ਵਿਖੇ ਮਨਾਇਆ ਗਿਆ। ਜਿੱਥੇ ਕਿ ਸ੍ਰੀ ਸੁਖਮਣੀ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਪਾਠ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਜਿੰਦ ਮਾਨ, ਮਾਹੀ ਮਾਨ, ਅਰਮਾਨ ਮਾਨ ਅਤੇ ਦਯਾ ਮਾਨ ਸਮੇਤ ਗੁਰਨਾਮ ਸਿੰਘ, ਕਰਮਦੀਪ ਬੈਂਸ ਕਾਉਂਟੀ ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਰ, ਦਲਬੀਰ ਗਿੱਲ, ਇੰਦਰਜੀਤ ਰੰਧਾਵਾ, ਖੁਸ਼ਬੂ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਕਰਮਜੀਤ ਮਾਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਾਤਾ ਨੇ ਵੀ ਕੁਲਵਿੰਦਰ ਮਾਨ ਨੂੰ ਅਸ਼ੀਰਵਾਦ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਪੁੱਤਰ ਦੀ ਲੰਬੀ ਉਮਰ ਦੀ ਕਾਮਨਾ ਕੀਤੀ। ਸ੍ਰੀ ਸੁਖਮਣੀ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਪਾਠ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੇਕ ਕੱਟਿਆ ਗਿਆ ਅਤੇ ਗੁਰੂ ਦਾ ਅਤੁੱਟ ਲੰਗਰ ਵੀ ਵਰਤਾਇਆ ਗਿਆ।

ਅਰਮਾਨ ਸਿੰਘ ਢਿੱਲੋਂ ਅਮਰੀਕਾ ਪੁਲਿਸ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਸਾਬਤ ਸੂਰਤ ਸਰੂਪ ਨਾਲ ਵਧਾਈ ਦਸਤਾਰ ਦੀ ਸ਼ਾਨ- ਅਮਨਦੀਪ ਢਿੱਲੋਂ

ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਅਮਰੀਕਾ ਦਾ ਜੰਮਪਲ ਸਵਰਗੀ ਸੋਹਣ ਸਿੰਘ ਢਿੱਲੋਂ ਤੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕੌਰ ਢਿਲੋਂ ਦਾ ਪੋਤਰਾ ਅਤੇ ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਢਿੱਲੋਂ ਤੇ ਬੀਬੀ ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ ਢਿਲੋ ਦੇ ਸਪੁੱਤਰ ਅਰਮਾਨ ਸਿੰਘ ਢਿੱਲੋਂ ਅਮਰੀਕਾ ਦੀ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਡਿਪਟੀ ਸ਼ੈਰੀਫ ਅਹੁਦੇ ਤੇ ਅਫਸਰ ਭਰਤੀ ਹੋ ਕੇ ਸਾਬਤ ਸੂਰਤ ਸਰੂਪ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦਸਤਾਰ ਨਾਲ ਸ਼ਾਨ ਵਧਾਈ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਹਲਕਾ ਆਦਮਪੁਰ ਦੇ ਪਿੰਡ ਸਲਾਲਾ ਸਮੇਤ ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਖੁਸ਼ੀ ਦੀ ਲਹਿਰ ਦੌੜ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਗ੍ਰਹਿ ਵਿਖੇ ਵਧਾਈਆਂ ਦੇਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਤਾਂਤਾ ਲੱਗਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਪ੍ਰਾਪਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਨੁਸਾਰ ਅਮਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਢਿੱਲੋਂ ਨੰਬਰਦਾਰ, ਰਾਣਾ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਰਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਮੰਗੀ ਸਮੇਤ ਪਰਿਵਾਰਿਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਿਆਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪਰਿਵਾਰ ਪਿਛਲੇ 41 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਯੂਨੀਅਨ ਸਿਟੀ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਵਿਖੇ ਰਹਿ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ 29 ਸਾਲਾ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਜੰਮਪਲ ਬੇਟੇ ਅਰਮਾਨ ਸਿੰਘ ਢਿੱਲੋ ਨੇ ਉਥੋਂ ਹੀ ਆਪਣੇ ਮੁੱਢਲੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਮੁਕੰਮਲ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿੱਚ ਪੰਜ ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਬਾਇਓ ਦੀ ਡਿਗਰੀ ਚੰਗੇ ਨੰਬਰਾਂ ਨਾਲ ਪਾਸ ਕੀਤੀ ਆਪਣੀ ਉੱਚ ਵਿੱਦਿਆ ਅਤੇ ਸਖਤ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਦੇ ਬਲਬੂਤੇ ਉਹ ਮੈਡੀਕਲ ਵਿੱਚ ਐਨੀਮੀਆ ਕਾਊਂਟੀ ਪੁਲਿਸ ਸ਼ੈਰਫ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਸਭ ਤੋਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਅਰਮਾਨ ਸਿੰਘ ਨੇ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਵੱਲੋਂ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਦਸਤਾਰ ਅਤੇ ਸਾਬਤ ਸੂਰਤ ਸਰੂਪ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਰੱਖਦਿਆਂ ਅਮਰੀਕਾ ਪੁਲਸ ਵਿੱਚ ਵਰਦੀ ਦੇ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਦਸਤਾਰ ਸਜਾ ਕੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀ ਨੂੰ ਮਾਣ ਦਵਾਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਤੇ ਉਸਦੇ ਚਾਚਾ ਅਮਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਢਿੱਲੋਂ, ਰਾਣਾ ਸਿੰਘ ਵੱਲੋਂ ਭਤੀਜੇ ਹਰਮਾਨ ਸਿੰਘ ਢਿੱਲੋਂ ਦੀ ਵੱਡੀ ਸਫਲਤਾ ਤੇ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਕਿ ਸਿੱਖ ਧਰਮ ਵਿੱਚ ਦਸਤਾਰ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਕੱਪੜਾ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਸਿੱਖੀ ਦਾ ਅਨਿੱਖੜਵਾਂ ਅੰਗ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਇਹ ਦਾਤ ਸਾਡੇ ਮਾਣ ਸਤਿਕਾਰ, ਆਤਮ ਵਿਸ਼ਵਾਸ, ਉਚੇ ਕਿਰਦਾਰ ਤੇ ਵੱਖਰੀ ਪਛਾਣ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਬੇਹਦ ਮਾਣ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੇ ਵਿਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਕੇ ਵੀ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਦਸਤਾਰ ਅਤੇ ਸਰੂਪ ਨੂੰ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਦਿਆਂ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਸਮੇਤ ਪਿੰਡ ਸਲਾਲਾ ਆਦਮਪੁਰ ਜਿਲਾ ਜਲੰਧਰ ਦਾ ਨਾਮ ਰੋਸ਼ਨ ਕੀਤਾ ਹੈ ਉੱਥੇ ਹੀ ਪੂਰੇ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਭਾਰਤ ਦਾ ਨਾਮ ਵੀ ਉੱਚਾ ਕੀਤਾ ਹੈ।

Space available for Ad
Contact # +1 (209) 303-1260
Contact # +91 81463-20009

2026

VOTE

CHRISTINE BISH

CONGRESS

It's time for a change, and Christine Bish is the leader we need.
VOTE for Christine Bish and let's make Sacramento County a better place for all of us.

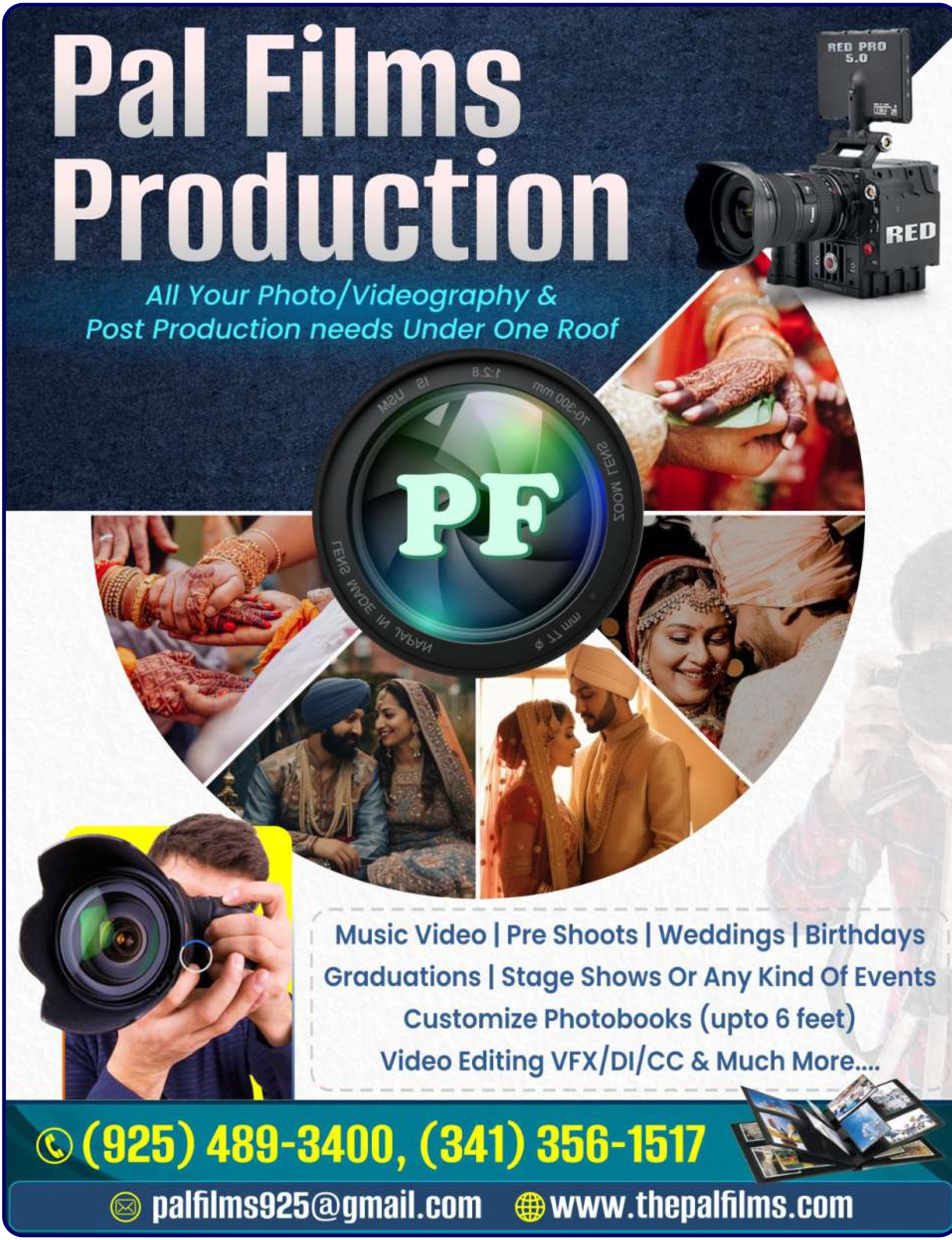
REPUBLICAN CANDIDATE FOR CALIFORNIA

TUESDAY JUNE 2 2026

• Paid for by Bish for Congress FEC#C00721548

www.BishforCongress.com

A Kimi Verma Production in collaboration with TV Asia
APPLY NOW
Miss & Mrs Punjaban USA 2026
Miss & Mrs India Global USA 2026
Beauty - Brains - Personality
(Participation, Tickets & Tables)
Call/ Text for info: 530-650-2777
31st
May
Sunday
Red Carpet
02:00 pm
Show Time
03:00 pm
Tables & Tickets
Text/ Call 530-650-2777
TITLES YOU CAN WIN:
- Miss Punjaban USA (18 to 39 yrs old)
- Mrs. Punjaban USA (21 to 59)
- Miss India Global USA (18 to 39 yrs old)
- Mrs. India Global USA (21 to 59 yrs old)
- Grace of Punjab (60+yrs)
- Grace of India (60+ yrs)
BOLLYWOOD DANCE PARTY 6:00 PM
Scan QR Code for Registration
kimi.verma
DoubleTree by HILTON Los Angeles-Norwalk-Buena Park, 13111 Sycamore Drive, Norwalk, CA 90650


Pal Films Production
All Your Photo/Videography & Post Production needs Under One Roof
PF
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

ਪਿੰਡ ਬਜੀਦ ਪੁਰ ਦੇ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਦੇ ਨਵੇਂ ਦਰਬਾਰ ਹਾਲ ਦਾ ਉਦਘਾਟਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ

ਜਰਮਨੀ
ਸਰਬਜੀਤ ਸਿੰਘ

ਦੁਆਬੇ ਦੀ ਜੰਨਤ ਪਿੰਡ ਬਜੀਦ ਪੁਰ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਸ਼ਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨਗਰ ਦੇ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਦੇ ਨਵੇਂ ਦਰਬਾਰ ਹਾਲ ਦਾ ਉਦਘਾਟਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪਿੰਡ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸੰਗਤਾਂ, ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਪੰਥ ਰਤਨ ਭਾਈ ਗੁਰਮੇਜ ਸਿੰਘ ਜੀ, ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਤਬਲਾ ਵਾਦਕ ਭਾਈ ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਭਗਤ, ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਸੈਕਟਰੀ ਸਰਦਾਰ ਕੁਲਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮੰਨਣ, ਹਜ਼ੂਰੀ ਰਾਗੀ ਭਾਈ ਸਤਿੰਦਰਵੀਰ ਸਿੰਘ ਜਥੇ ਸਮੇਤ, ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਜਥੇਦਾਰ ਗੁਰਬਖਸ਼ ਸਿੰਘ ਜੀ ਖ਼ਾਲਸਾ, ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਸਾਹਿਬਜੀਤ ਸਿੰਘ ਲੁਧਿਆਣੇ ਵਾਲੇ, ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਮੁੱਖ ਸੇਵਾਦਾਰ ਠੇਕੇਦਾਰ ਬਲਬੀਰ ਸਿੰਘ, ਸਰਦਾਰ ਮਨਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਸੈਕਟਰੀ,ਸਰਵਣ ਸਿੰਘ, ਜਰਨੈਲ ਸਿੰਘ, ਗੁਰਦਿੱਤ ਸਿੰਘ, ਸੋਹਣ ਸਿੰਘ, ਬਲਵੀਰ ਸਿੰਘ ਬੈਂਕ ਵਾਲੇ ,ਜਤਿੰਦਰ ਸਿੰਘ,ਕੁਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ,ਨਿਰਮਲ ਸਿੰਘ, ਗੁਰਮੁਖ ਸਿੰਘ,ਗੁਰਮੇਲ ਸਿੰਘ, ਸਮੂਹ ਗ੍ਰਾਮ ਪੰਚਾਇਤ ਪਿੰਡ ਬਜੀਦ ਪੁਰ, ਕਲਗੀਧਰ ਸਪੋਰਟਸ ਫ਼ ਵੈੱਲਫ਼ੇਅਰ ਕਲੱਬ (ਰਜਿ.) ਬਜੀਦ ਪੁਰ ਦੇ ਸਮੂਹ ਮੈਂਬਰ ਸਹਿਬਾਨ, ਦੋਆਬਾ ਕਿਸਾਨ ਯੂਨੀਅਨ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸਰਦਾਰ ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਪਿੰਡ ਦੀ ਸਮੂਹ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਅਤੇ ਪਤਵੰਤੇ ਸੱਜਣਾਂ ਨੇ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੀ ਹਜ਼ੂਰੀ ਵਿੱਚ ਹਾਜ਼ਰੀ ਲਗਵਾਈ।ਅਖੰਡ ਪਾਠ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਭੋਗ ਪਾਏ ਗਏ। ਉਸ ਉਪਰੰਤ ਹੈੱਡ ਗ੍ਰੰਥੀ ਭਾਈ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਸਿੰਘ ਜੀ, ਸਾਬਕਾ ਹੈੱਡ ਗ੍ਰੰਥੀ ਭਾਈ ਮਨੋਹਰ ਸਿੰਘ ਜੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਬਜੀਦ ਪੁਰ ਦੇ ਜਥੇ ਨੇ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਕੀਰਤਨ ਨਾਲ ਰੂਹਾਨੀ ਰੰਗ ਵਿੱਚ ਰੰਗਿਆ। ਉਸ ਉਪਰੰਤ ਹਜ਼ੂਰੀ ਰਾਗੀ ਭਾਈ ਸਤਿੰਦਰਵੀਰ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਜਥੇ ਨੇ ਕੀਰਤਨ ਨਾਲ ਤਕਰੀਬਨ ਇੱਕ ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਨਿਹਾਲ ਕੀਤਾ ਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਭਾਈ ਸਤਿੰਦਰਵੀਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਪਿੰਡ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਵਧਾਈ ਦਿੰਦਿਆਂ ਭਾਈ ਗੁਰਮੇਜ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਬਰੇਲ ਲਿਪੀ ਵਿੱਚ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਲਿਖ ਕੇ ਸਿੱਖ ਪੰਥ ਲਈ ਕੀਤੇ ਗਏ ਮਹਾਨ ਕਾਰਜਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਸਾਂਝੇ ਕੀਤੇ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਭਾਈ ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਭਾਈ ਗੁਰਮੇਜ ਸਿੰਘ ਦੇ ਜੀਵਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਜਥੇਦਾਰ ਗੁਰਬਖਸ ਸਿੰਘ ਖ਼ਾਲਸਾ ਨੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਉਦੇਸ਼, ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਮਹੱਤਵ, ਮੱਥੇ ਟੇਕਣ ਦਾ ਮਕਸਦ, ਗੁਰੂ ਦੀ ਰਹਿਮਤ, ਦਸਵੰਧ ਕੱਢਣਾ ਆਦਿ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਸੋਹਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਸਾਂਝ ਪਾਈ।

ਗਿਆਨੀ ਤਰਲੋਚਨ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਭਾਈ ਗੁਰਮੇਜ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਏ ਸਨਮਾਨ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਵਿਦੇਸ਼ ਵਸਦੀ ਇੱਕ ਲੇਖਕ ਬੀਬੀ ਨੇ ਸ਼ਿਕਵਾ ਕੀਤਾ ਸੀ ਕਿ ਪਿੰਡ ਬਜੀਦ ਪੁਰ ਤੇ ਸਾਰੇ ਇਲਾਕੇ ਨੂੰ ਪੰਥ ਰਤਨ ਭਾਈ ਗੁਰਮੇਜ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੂੰ ਹਰ ਧਾਰਮਿਕ ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਸੱਦਾ ਭੇਜ ਕੇ ਬੁਲਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਲਾਕੇ ਦਾ ਮਾਣ ਵਧੇ, ਅਸੀਂ ਪਿੰਡ ਵਾਸੀ "ਦੇਰ ਆਏ ਦਰੁਸਤ ਆਏ" ਤੇ ਅੱਜ ਅਸੀਂ ਵੱਡੇ ਭਾਗਾਂ ਨਾਲ ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ। ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਹਰਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਧਾਮੀ ਕਿਸੇ ਰੁਝੇਵੇਂ ਕਰਕੇ ਆਪ ਇਸ ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਸਕੇ ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰੀ ਲਗਵਾਉਣ ਲਈ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਸੈਕਟਰੀ ਕੁਲਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮੰਨਣ ਪਹੁੰਚੇ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ, ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਨੂੰ ਮੰਨ ਕੇ ਅਰਦਾਸ ਕਰਨ, ਗੁਰਸਿੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧੀਆਂ, ਦੁੱਖ ਸਮੇਂ ਗੁਰੂ ਦੇ ਦਰ ਆਉਣ ਤੇ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੀ ਮਹਿਮਾ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਸਾਂਝੇ ਕੀਤੇ, ਨਾਲ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਪਿੰਡ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ ਕਿ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੀ ਬੇਅਦਬੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਵਲੋਂ ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਜੋ ਮਰਜ਼ੀ ਸਜ਼ਾ ਦਿਓ ਸਾਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਇਹ ਵੀ ਖੁਸ਼ੀ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤੀ ਕਿ ਉਹ ਭਾਈ ਗੁਰਮੇਜ ਸਿੰਘ ਦੇ ਜੱਦੀ ਪਿੰਡ ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰੀ ਵਿੱਚ ਹਾਜ਼ਰੀ ਭਰਨ ਆਏ ਹਨ। ਸਰਦਾਰ ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੁਆਬਾ ਕਿਸਾਨ ਯੂਨੀਅਨ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਨੇ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਵਲੋਂ ਆਈਆਂ ਮਹਾਨ ਸ਼ਖਸੀਅਤਾਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਸਹਿਤ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦਿਆਂ ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਵਿਚਾਰ ਸਾਂਝੇ ਕੀਤੇ।ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਰਾਗੀ, ਪੰਥ ਰਤਨ ਭਾਈ ਗੁਰਮੇਜ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਜੇ ਨੇ ਸਾਰੀਆਂ ਸੰਗਤਾਂ ਨਾਲ ਫਤਹਿ ਦੀ ਸਾਂਝ ਪਾਈ। ਭਾਈ ਸਾਹਿਬ ਵੱਲੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਛੋਟੇ ਸਪੁੱਤਰ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਤਬਲਾ ਵਾਦਕ ਭਾਈ ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਜੀ ਭਗਤ ਜੀ ਨੇ ਫ਼ਤਿਹ ਦੀ ਸਾਂਝ ਪਾਈ ਤੇ ਧੰਨ ਗੁਰੂ ਰਾਮਦਾਸ ਜੀ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ

"ਧੰਨੁ ਧੰਨੁ ਰਾਮਦਾਸ ਗੁਰੁ ਜਿਨਿ ਸਿਰਿਆ ਤਿਨੈ ਸਵਾਰਿਆ॥
ਪੂਰੀ ਹੋਈ ਕਰਾਮਾਤਿ ਆਪਿ ਸਿਰਜਣਹਾਰੈ ਧਾਰਿਆ॥"

ਭਾਈ ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਭਗਤ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਪਿੰਡ ਵਾਸੀਆਂ ਤੇ ਆਪਣੇ ਤਾਏ-ਚਾਚੇ, ਦਾਦੀ-ਦਾਦਾ ਜੀ, ਸਾਰੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੇਕਰ ਉਹ ਸਾਡੇ ਭਾਪਾ ਜੀ ਨੂੰ ਉਸ ਵਕਤ ਯਤੀਮਖ਼ਾਨੇ ਨਾ ਭੇਜਦੇ ਸਗੋਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰੱਖ ਲੈਂਦੇ ਤਾਂ ਅੱਜ ਅਸੀਂ ਇੱਥੇ ਤੱਕ ਨਾ ਪਹੁੰਚਦੇ, ਨਾਲ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਸਾਡੇ ਭਾਪਾ ਜੀ ਤੋਂ ਨੇਤਰਹੀਣ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਬਰੇਲ ਲਿਪੀ ਵਿੱਚ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਲਿਖਵਾ ਕੇ ਜੋ ਸੇਵਾ ਲਈ ਹੈ ਉਸ ਨਾਲ ਹਰ ਕੋਈ ਨੇਤਰਹੀਣ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪ ਗੁਰਬਾਣੀ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਭਾਈ ਗੁਰਮੇਜ ਸਿੰਘ ਵਲੋਂ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋਰ ਮਹਾਨ ਯਤਨਾਂ ਬਾਰੇ ਵੀ ਦੱਸਿਆ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਬਰੇਲ ਲਿਪੀ ਦੀ ਛਪਾਈ ਲਈ ਸੈਂਟਰਲ ਖ਼ਾਲਸਾ ਯਤੀਮਖ਼ਾਨਾ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਸਾਹਿਬ ਵਿੱਚ ਲਗਾਈ ਗਈ ਭਾਈ ਵੀਰ ਸਿੰਘ ਜੀ ਪ੍ਰਿੰਟਿੰਗ ਪ੍ਰੈੱਸ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ, ਗ੍ਰਾਮ ਪੰਚਾਇਤ ਪਿੰਡ ਬਜੀਦ ਪੁਰ ਕਲਗੀਧਰ ਸਪੋਰਟਸ ਫ਼ ਵੈੱਲਫ਼ੇਅਰ ਕਲੱਬ (ਰਜਿ.) ਪਿੰਡ ਬਜੀਦ ਪੁਰ ਅਤੇ ਦੋਆਬਾ ਕਿਸਾਨ ਯੂਨੀਅਨ ਵੱਲੋਂ ਪੰਥ ਰਤਨ ਭਾਈ ਗੁਰਮੇਜ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੂੰ, ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਗੁਰਬਖਸ ਸਿੰਘ ਖਾਲਸਾ, ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਤਬਲਾ ਵਾਦਕ ਭਾਈ ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਭਗਤ, ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਸਾਹਿਬਜੀਤ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੂੰ ਖਾਸ ਸਨਮਾਨ ਦੇ ਕੇ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਅਖੀਰ ਵਿੱਚ ਦੇਗ ਵਰਤਾਈ ਗਈ ਤੇ ਗੁਰੂ ਕੇ ਲੰਗਰ ਲਗਾਏ ਗਏ। ਅਖੀਰ ਅਸੀਂ ਅਰਦਾਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਧੰਨ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਪਿੰਡ ਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਚੜ੍ਹਦੀ ਕਲਾ, ਤਰੱਕੀਆਂ, ਤੰਦਰੁਸਤੀਆਂ ਤੇ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਖੇੜੇ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਚਾਹੇ ਉਹ ਪਿੰਡ ਵਸਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਪਰਦੇਸ ਵਿੱਚ। ਮਨਜੀਤ ਸਟੂਡੀਓ ਨਵਾਂ ਸ਼ਹਿਰ ਵਲੋਂ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਸਾਰਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਾਈਵ ਚਲਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ ਜਿਸ ਰਾਹੀ ਦੁਨੀਆਂ ਭਰ ਦੇ ਮੁਲਕਾਂ ਵਿੱਚ ਸੰਗਤਾਂ ਨੇ ਗੁਰੂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹਾਜ਼ਰੀ ਲਗਵਾਈ ਤੇ ਪੰਥ ਰਤਨ ਭਾਈ ਗੁਰਮੇਜ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤੇ।

ਅਮਰੀਕੀ ਨਿਆਂ ਵਿਭਾਗ ਵੱਲੋਂ ਅਡਾਨੀ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਕੇਸ ਪੱਕੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੰਦ ਅਪਰਾਧਿਕ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦੀ ਪੈਰਵੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ

ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਅਮਰੀਕੀ ਨਿਆਂ ਵਿਭਾਗ ਨੇ ਅਡਾਨੀ ਗਰੁੱਪ ਦੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਗੌਤਮ ਅਡਾਨੀ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਭਤੀਜੇ ਸਾਗਰ ਅਡਾਨੀ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਲਗਾਏ ਗਏ ਸਾਰੇ ਅਪਰਾਧਿਕ ਦੋਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪੱਕੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਾਪਸ ਲੈ ਲਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਫੈਸਲੇ ਨਾਲ ਨਿਊਯਾਰਕ ਦੀ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਬਹੁਚਰਚਿਤ ਸਕਿਉਰਿਟੀਜ਼ ਅਤੇ ਧੋਖਾਧੜੀ ਦਾ ਮਾਮਲਾ ਹੁਣ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਅਮਰੀਕੀ ਵਕੀਲਾਂ ਨੇ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਪੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਹੁਣ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪੈਰਵੀ ਕਰਨ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਪਿਛਲੇ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਅਮਰੀਕਾ ਅੰਦਰ ਅਡਾਨੀ ਸਮੂਹ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਚੱਲ ਰਹੇ ਸਾਰੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਾਮਲੇ ਬੰਦ ਕੀਤੇ ਜਾ ਚੁੱਕੇ ਹਨ।ਅਮਰੀਕੀ ਸਰਕਾਰੀ ਵਕੀਲਾਂ ਨੇ ਪੂਰਬੀ ਨਿਊਯਾਰਕ ਦੀ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਜਾਂਚ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਤਹਿਤ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਪਰਾਧਿਕ ਦੋਸ਼ਾਂ 'ਤੇ ਹੁਣ ਹੋਰ ਸਮਾਂ ਬਰਬਾਦ ਨਹੀਂ ਕਰਨਗੇ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਵੀ ਹੁਕਮ ਜਾਰੀ ਕਰਦਿਆਂ ਦੋਸ਼ਾਂ ਨੂੰ 'ਸਥਾਈ ਤੌਰ 'ਤੇ ਖਾਰਜ' ਕਰ ਦਿੱਤਾ, ਜਿਸ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਨੂੰ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਦੁਬਾਰਾ ਨਹੀਂ ਖੋਲ੍ਹਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਅਮਰੀਕੀ ਅਦਾਲਤ ਦਾ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਅਜਿਹੇ ਸਮੇਂ ਆਇਆ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਪਿਛਲੇ ਹਫ਼ਤੇ ਹੀ ਅਮਰੀਕੀ ਸਕਿਉਰਿਟੀਜ਼ ਐਂਡ ਐਕਸਚੇਂਜ ਕਮਿਸ਼ਨ (ਐੱਸ.ਈ.ਸੀ.) ਨੇ ਸੌਰ ਊਰਜਾ ਪ੍ਰਾਜੈਕਟਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਨਿਵੇਸ਼ਕਾਂ ਦੇ ਖੁਲਾਸੇ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿਚ ਸਿਵਲ ਦੋਸ਼ਾਂ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ ਕੀਤਾ ਸੀ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਗਲਤੀ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਜਾਂ

ਅਸਵੀਕਾਰ ਕੀਤੇ ਗੌਤਮ ਅਡਾਨੀ ਨੇ 60 ਲੱਖ ਡਾਲਰ ਅਤੇ ਸਾਗਰ ਅਡਾਨੀ ਨੇ 120 ਲੱਖ ਡਾਲਰ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨ 'ਤੇ ਸਹਿਮਤੀ ਜਤਾਈ ਸੀ।ਇਹ ਮਾਮਲਾ ਸਾਲ 2024 ਦੇ ਅੰਤ ਵਿਚ ਦਾਇਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ ਕਿ ਅਡਾਨੀ ਸਮੂਹ ਨੇ ਭਾਰਤੀ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਕਥਿਤ 26.5 ਕਰੋੜ ਡਾਲਰ ਦੇ ਰਿਸ਼ਵਤ ਮਾਮਲੇ ਨੂੰ ਛੁਪਾ ਕੇ ਅਮਰੀਕੀ ਨਿਵੇਸ਼ਕਾਂ ਤੋਂ ਪੂੰਜੀ ਇਕੱਠੀ ਕੀਤੀ ਸੀ ਪਰ ਮਾਮਲੇ ਦੇ ਜਾਣਕਾਰਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕੇਸ ਉਸ ਸਮੇਂ ਅਡਾਨੀ ਦੇ ਪੱਖ ਵਿਚ ਚਲਾ ਗਿਆ, ਜਦੋਂ ਜਾਂਚ ਦੌਰਾਨ ਅਮਰੀਕਾ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸਿੱਧਾ ਸਬੰਧ ਅਤੇ ਦੋਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਾਬਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਠੋਸ ਆਧਾਰ ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ। ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਅਮਰੀਕੀ ਵਕੀਲਾਂ ਅਤੇ ਅਡਾਨੀ ਸਮੂਹ ਦੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਟੀਮ ਵਿਚਕਾਰ ਕਈ ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਗੱਲਬਾਤ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹਕਾਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਦਲੀਲਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਹੈ।ਅਮਰੀਕੀ ਅਦਾਲਤ ਵਿਚ 7 ਅਪ੍ਰੈਲ 2026 ਨੂੰ ਜਨਤਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦਾਖਲ ਕੀਤੇ ਗਏ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਅਡਾਨੀ ਦੇ ਵਕੀਲਾਂ ਨੇ ਐੱਸ.ਈ.ਸੀ. ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਨੂੰ ਸਖ਼ਤ ਚੁਣੌਤੀ ਦਿੱਤੀ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਅਮਰੀਕੀ ਸਕਿਉਰਿਟੀਜ਼ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦਾ 'ਲੋੜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਖੇਤਰੀ ਵਿਸਤਾਰ' ਦੱਸਿਆ ਸੀ। ਕਾਨੂੰਨੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਸੀ ਕਿ ਐੱਸ.ਈ.ਸੀ. ਕੋਲ ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਵਿਚ ਲੋੜੀਂਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਖੇਤਰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸੀ, ਉਹ ਕੋਈ ਠੋਸ ਗਲਤਬਿਆਨੀ ਸਾਬਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਿਆ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਕਿਸੇ ਬਚਾਅ ਪੱਖ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਨੂੰ ਬਾਂਡ ਜਾਰੀ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜੋੜਿਆ ਜਾ ਸਕਿਆ।ਇਸ ਪੂਰੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿਚ ਇੱਕ ਹੋਰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਪਹਿਲੂ ਇਹ ਵੀ ਰਿਹਾ ਕਿ ਗੌਤਮ ਅਡਾਨੀ, ਸਾਗਰ ਅਡਾਨੀ ਅਤੇ ਵਿਨੀਤ ਜੈਨ 'ਤੇ ਕੇਵਲ ਸਕਿਉਰਿਟੀਜ਼ ਅਤੇ 'ਵਾਇਰ' ਧੋਖਾਧੜੀ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਧਾਰਾਵਾਂ ਤਹਿਤ ਹੀ ਦੋਸ਼ ਲਗਾਏ ਗਏ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਗੰਭੀਰ ਮੰਨੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਫੌਰਨ ਕੁਰੱਪਟ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸਿਜ਼ ਐਕਟ (ਐੱਫ.ਸੀ.ਪੀ.ਏ) ਦੇ ਰਿਸ਼ਵਤਖੋਰੀ ਜਾਂ ਜਾਂਚ ਵਿਚ ਰੁਕਾਵਟ ਪਾਉਣ ਵਰਗੇ ਦੋਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਨਾਮਜ਼ਦ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਸਮੀਖਿਆ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੇਸ ਦਾ ਆਧਾਰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਗਿਆ ਅਤੇ ਅਮਰੀਕੀ ਨਿਆਂ ਵਿਭਾਗ ਨੇ ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਨੂੰ ਸਥਾਈ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦਾ ਕਦਮ ਚੁੱਕਿਆ।

Space available for Ad
Contact # +1 (209) 303-1260
Contact # +91 81463-20009

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

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

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

ਡਾ.ਸੰਦੀਪ ਘੰਡ
ਮਾਨਸਾ
9815139576

ਨੌਜਵਾਨ ਵਕੀਲਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸਹਿਨਸ਼ੀਲਤਾ ਅਤੇ ਸਨਮਾਨ ਦੀ ਲੋੜ
ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਦੀ ਟਿੱਪਣੀ ਨਿਆਂ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਲਈ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੰਦੇਸ਼

ਭਾਰਤ ਦੀ ਨਿਆਂ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਸਿਰਫ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਅਤੇ ਫੈਸਲਿਆਂ ਨਾਲ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਬੈਂਚ ਅਤੇ ਬਾਰ ਵਿਚਾਲੇ ਭਰੋਸੇ, ਸਨਮਾਨ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਚਲਦੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਜਿਕਰ ਭਾਰਤ ਦੀ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਵੱਲੋਂ ਆਂਧਰਾ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਹਾਈ ਕੋਰਟ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਜੱਜ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਵਕੀਲ ਵਿਚਾਲੇ ਹੋਏ ਵਿਵਾਦ 'ਤੇ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਨੇ ਦੇਸ਼ ਭਰ ਦੀ ਨਿਆਂ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਇਹ ਮਾਮਲਾ ਉਸ ਸਮੇਂ ਚਰਚਾ ਵਿੱਚ ਆਇਆ ਜਦੋਂ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਇੱਕ ਵੀਡੀਓ ਵਾਇਰਲ ਹੋਈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਹਾਈ ਕੋਰਟ ਦੇ ਜੱਜ ਇੱਕ ਨੌਜਵਾਨ ਵਕੀਲ ਨੂੰ ਪੁਲਿਸ ਹਿਰਾਸਤ ਵਿੱਚ ਭੇਜਣ ਦੀ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੱਤੇ। ਘਟਨਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਕੀਲ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਚਿੰਤਾ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਅਤੇ ਮਾਮਲਾ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ।

ਹਾਲਾਂਕਿ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਇਹ ਮਾਮਲਾ ਆਪਸੀ ਸਮਝ ਨਾਲ ਸੁਲਝ ਗਿਆ, ਪਰ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੇ ਜੋ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਉਹ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਕਾਨੂੰਨੀ ਪੇਸ਼ਾ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਪੇਸ਼ਿਆਂ ਜਾਂ ਸਰਕਾਰੀ ਨੌਕਰੀਆਂ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਵਕੀਲ ਸਿਰਫ਼ ਕਰਮਚਾਰੀ ਜਾਂ ਸੇਵਾ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਸਗੋਂ ਉਹ ਅਦਾਲਤ ਦਾ ਅਹਿਮ ਹਿੱਸਾ ਅਤੇ ਇਨਸਾਫ਼ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦਾ ਮਜ਼ਬੂਤ ਸਤੰਭ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿੱਥੇ ਹੋਰ ਕਈ ਪੇਸ਼ਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰਬਾਜ਼ੀ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਚਾਰਨਾ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਵਕੀਲ ਆਪਣੇ ਵਿਵਹਾਰ ਵਿੱਚ ਸਨਮਾਨ, ਸਹਿਜਤਾ ਅਤੇ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਨੈਤਿਕਤਾ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਨਵੇਂ ਜੱਜਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਇਹ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਪੇਸ਼ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਕਈ ਸੀਨੀਅਰ ਵਕੀਲਾਂ ਕੋਲ ਦਹਾਕਿਆਂ ਦਾ ਅਦਾਲਤੀ ਤਜਰਬਾ, ਕਾਨੂੰਨੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸਮਝ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਨਵੇਂ ਨਿਯੁਕਤ ਜੱਜ ਅਦਾਲਤੀ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ, ਕਾਰਵਾਈ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਵਿਵਹਾਰਕ ਸਮਝ ਤਜਰਬੇਕਾਰ ਵਕੀਲਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਰਾਹੀਂ ਹੀ ਸਿੱਖਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਨਿਆਂਪਾਲਿਕਾ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ, ਭਰੋਸੇਯੋਗਤਾ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਛਵੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਬੈਂਚ ਅਤੇ ਬਾਰ ਵਿਚਕਾਰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਆਪਸੀ ਸਤਿਕਾਰ, ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਨਮਰਤਾ ਅਤੇ ਚੰਗੇ ਸੰਬੰਧ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

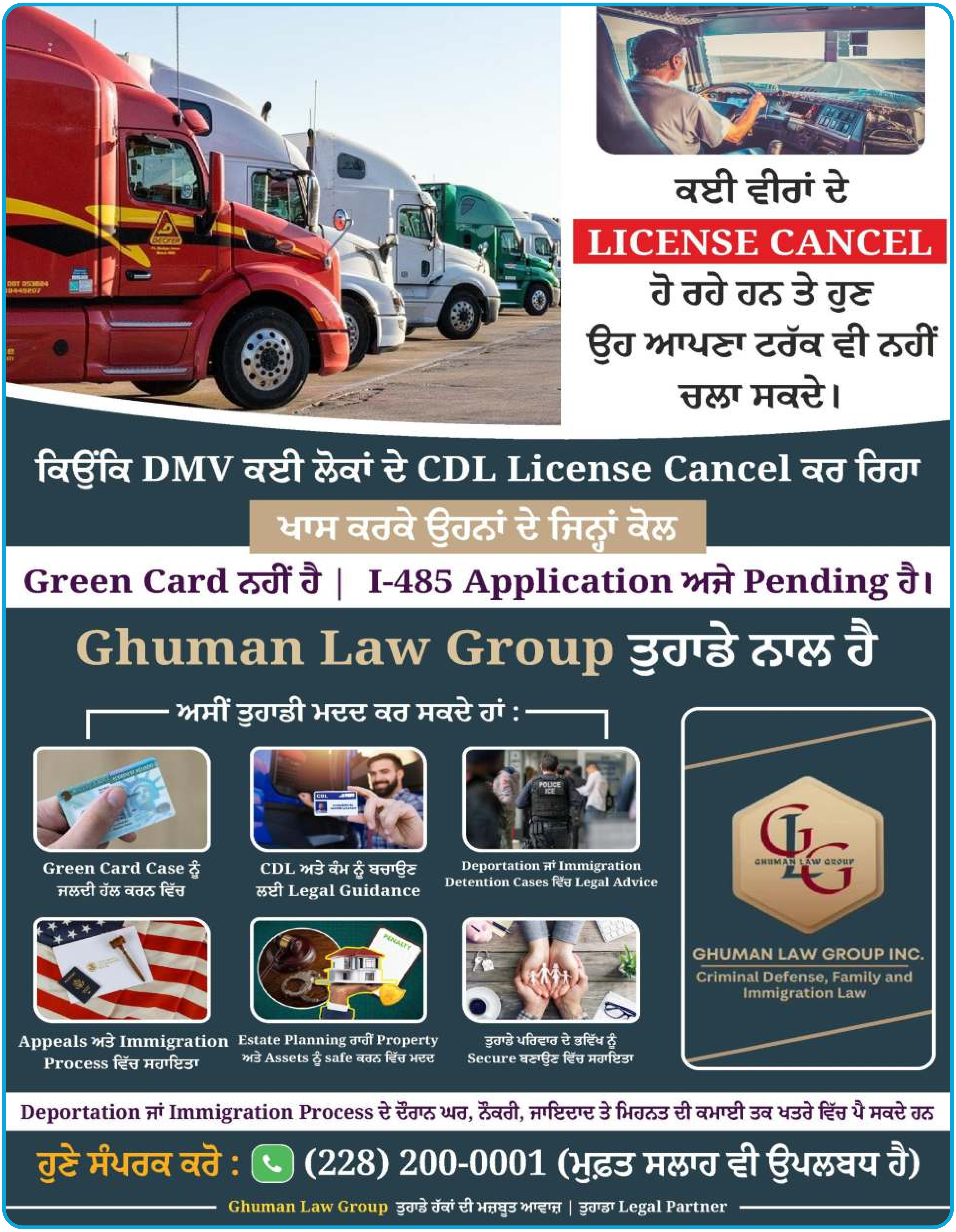
ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੇ ਸਪਸ਼ਟ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੱਜਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਧੀਰਜ, ਦਇਆ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਰਨਾ ਦਾ ਰਵੱਈਆ ਅਪਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਨਵੇਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਵਕੀਲਾਂ ਪ੍ਰਤੀ। ਇਹ ਗੱਲ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਟਿੱਪਣੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਪੂਰੀ ਨਿਆਂਪਾਲਿਕਾ ਲਈ ਇੱਕ ਨੈਤਿਕ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ ਹੈ। ਅਦਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਵਕੀਲ ਅਕਸਰ ਘਬਰਾਏ ਹੋਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਨੁਭਵ ਦੀ ਘਾਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਛੋਟੀਆਂ ਗਲਤੀਆਂ ਵੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਐਸੇ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਜੇਕਰ ਜੱਜਾਂ ਵੱਲੋਂ ਸਖ਼ਤ ਅਤੇ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਰਵੱਈਆ ਅਪਣਾਇਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਹ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੇ ਮਨੋਬਲ ਨੂੰ ਤੋੜ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਨਿਆਂ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਿੱਚ ਜੱਜ ਅਤੇ ਵਕੀਲ ਦੋਵੇਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਪੂਰਕ ਹਨ। ਜੱਜ ਬਿਨਾਂ ਵਕੀਲਾਂ ਦੇ ਅਤੇ ਵਕੀਲ ਬਿਨਾਂ ਅਦਾਲਤਾਂ ਦੇ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਇਸ ਲਈ ਦੋਵਾਂ ਵਿਚਾਲੇ ਸਨਮਾਨ ਅਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਅਦਾਲਤੀ ਮਾਹੌਲ ਡਰ ਅਤੇ ਦਬਾਅ ਵਾਲਾ ਹੋਵੇਗਾ ਤਾਂ ਨਵੀਂ ਪੀੜ੍ਹੀ ਦੇ ਕਾਬਿਲ ਨੌਜਵਾਨ ਇਸ ਪੇਸ਼ੇ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਅੱਜ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਹੋਰ ਵੱਡੀ ਚੁਣੌਤੀ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਘਟਨਾ ਦੀ ਛੋਟੀ ਵੀਡੀਓ ਕਲਿੱਪ ਕੁਝ ਸਕਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ ਦੇਸ਼ ਭਰ ਵਿੱਚ ਫੈਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੇ ਮੀਡੀਆ ਨੂੰ ਵੀ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦਿੱਤੀ ਕਿ ਸੰਦਰਭ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਵੀਡੀਓ ਫੈਲਾਉਣ ਨਾਲ ਗਲਤ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਅਕਸਰ ਅਦਾਲਤੀ ਕਾਰਵਾਈ ਦੇ ਕੁਝ ਪਲਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ ਕਰਕੇ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਨਿਆਂਪਾਲਿਕਾ ਪ੍ਰਤੀ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਧਾਰਣਾ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਹੋਰ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੁਝਾਅ ਗ੍ਰੀਵੈਂਸ ਰੈਡਰੈੱਸਲ ਕਮੇਟੀਆਂ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹਾਈ ਕੋਰਟਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਐਸੀਆਂ ਕਮੇਟੀਆਂ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਬਾਰ ਕੌਂਸਲ, ਬਾਰ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਅਤੇ ਨਿਆਂਪਾਲਿਕਾ ਮਿਲ ਕੇ ਛੋਟੇ-ਮੋਟੇ ਵਿਵਾਦਾਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਹੱਲ ਕਰ ਸਕਣ। ਇਹ ਕਦਮ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਬਾਰ ਅਤੇ ਬੈਂਚ ਵਿਚਾਲੇ ਟਕਰਾਅ ਘਟਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਨਿਆਂਪਾਲਿਕਾ ਦੀ ਮਰਿਆਦਾ ਅਤੇ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਵਕੀਲਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਅਦਾਲਤ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਅਤੇ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਨੈਤਿਕਤਾ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਅਤੇ ਅਪਮਾਨ ਵਿਚਾਲੇ ਇੱਕ ਲਕੀਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਿੱਥੇ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਸਿਖਾਉਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਮਨੁੱਖੀ ਸਨਮਾਨ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨਾ ਵੀ ਉਤਨਾ ਹੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਨੌਜਵਾਨ ਵਕੀਲ ਭਾਰਤ ਦੀ ਨਿਆਂ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦਾ ਭਵਿੱਖ ਹਨ। ਅੱਜ ਦਾ ਜੂਨੀਅਰ ਹੀ ਕੱਲ੍ਹ ਦਾ ਸੀਨੀਅਰ ਵਕੀਲ, ਜੱਜ ਜਾਂ ਕਾਨੂੰਨੀ ਵਿਦਵਾਨ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਉਸ ਨੂੰ ਸਨਮਾਨ, ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਮਿਲੇਗਾ ਤਾਂ ਉਹ ਇੱਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਅਤੇ ਨੈਤਿਕ ਕਾਨੂੰਨਦਾਨ ਬਣੇਗਾ।

ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਦੀ ਇਹ ਟਿੱਪਣੀ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਘਟਨਾ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ ਰਹਿਣੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਇਹ ਸਾਰੀ ਨਿਆਂ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਲਈ ਇੱਕ ਸਬਕ ਹੈ ਕਿ ਅਦਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਮਨੁੱਖਤਾ, ਸਹਿਨਸ਼ੀਲਤਾ ਅਤੇ ਸੰਵਾਦ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਵੀ ਜ਼ਿੰਦਾ ਰਹਿਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਨਿਆਂ ਸਿਰਫ ਫੈਸਲਿਆਂ ਨਾਲ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਵਰਤਾਅ ਨਾਲ ਵੀ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।


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
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

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"
ਅੱਜ ਹੀ ਕਾਲ ਕਰੋ :
ਰਾਜਿੰਦਰ ਟਾਂਡਾ
Ph : (209) 636-0880 | Ph : (209) 364-3020 | Cell :(510) 557-6988
Address: 159 Darcy Pkwy Lathrop, CA 95330

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
ANYLABTEST NOW
ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਾਲ ਕਰੋ : (209) 629-8282 | (209) 505-6384
Address: 119. Maple AVe, Suite A Manteca, CA 95336

"ਜਦੋਂ ਦਿਲ ਵਿੱਚ ਜੋਸ਼ ਜਾਗਦਾ ਹੈ... ਤਾਂ ਬੱਚਾ ਕਿਤਾਬਾਂ ਤੋਂ ਮੈਦਾਨਾਂ ਤੱਕ ਇਤਿਹਾਸ ਰਚ ਦਿੰਦਾ ਹੈ

ਪੜ੍ਹਾਈ ਦਾ ਜੋਸ਼ ਹਰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਹੀਂ ਜਾਗਦਾ, ਇਹ ਉਹ ਚਿੰਗਾਰੀ ਹੈ ਜੋ ਉਸ ਵੇਲੇ ਭੜਕਦੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਮਨ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਭਵਿੱਖ ਨੂੰ ਸੰਵਾਰਨ ਦੀ ਤੜਪ ਜਨਮ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਵੱਡੇ ਸੁਪਨੇ ਦੇਖਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਕੀਕਤ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਦ੍ਰਿੜ ਨਿਸ਼ਚੇ ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਵਧਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸਦੇ ਅੰਦਰ ਪੜ੍ਹਾਈ ਪ੍ਰਤੀ ਇੱਕ ਖ਼ਾਸ ਉਤਸ਼ਾਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਜੋਸ਼ ਨੂੰ ਜਗਾਉਣ ਅਤੇ ਨਿਖਾਰਣ ਵਿੱਚ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਣਯੋਗ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਨਿਰਣਾਇਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਮਿਲੀ ਸਹੀ ਰਹਿਨੁਮਾਈ, ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਅਤੇ ਹੌਸਲਾ ਬੱਚੇ ਦੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਆਤਮਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਨੀਂਹ ਰੱਖਦੇ ਹਨ। ਮਾਪੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਅੰਕਾਂ ਦੀ ਦੌੜ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਧੱਕਦੇ, ਸਗੋਂ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਜੋੜਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਬੱਚਾ ਹਰ ਔਖਾਈ ਨੂੰ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਸਬਕ ਵਜੋਂ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦਾ ਜੋਸ਼ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੇ ਸਫ਼ਿਆਂ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ। ਇਹ ਆਪਣੇ ਟੀਚੇ ਨੂੰ ਸਮਝਣ, ਉਸ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਦਿਲੋਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਸ ਵੱਲ ਲਗਾਤਾਰ ਮਿਹਨਤ ਕਰਨ ਨਾਲ ਜਨਮ ਲੈਂਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਟੀਚਾ ਸਪਸ਼ਟ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਪੜ੍ਹਾਈ ਬੋਝ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ, ਉਹ ਇੱਕ ਦਿਲਚਸਪ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਰਨਾਦਾਇਕ ਯਾਤਰਾ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕੁਝ ਨਵਾਂ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਲਗਨ, ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਕਦਮਾਂ ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਦੀ ਆਦਤ ਅਤੇ ਹੌਸਲੇ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਮਿਹਨਤ ਇਹੀ ਉਹ ਗੁਣ ਹਨ ਜੋ ਇੱਕ ਆਮ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਵੀ ਕਾਮਯਾਬੀ ਦੇ ਉੱਚੇ ਮਕਾਮ ਤੱਕ ਲੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜੋਸ਼ ਦਰਅਸਲ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਚਿਰਾਗ ਹੈ ਜੋ ਲਗਨ ਅਤੇ ਮਿਹਨਤ ਦੇ ਤੇਲ ਨਾਲ ਹੀ ਜਗਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇਹ ਚਿਰਾਗ ਦਿਲ ਵਿੱਚ ਰੌਸ਼ਨ ਹੋ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਕੋਈ ਵੀ ਅੰਧੇਰਾ ਉਸ ਦੀ ਰਾਹ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟ ਨਹੀਂ ਬਣ ਸਕਦਾ।

ਹਰੇਕ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਸੁਪਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸਦਾ ਬੱਚਾ ਉੱਚੀਆਂ ਉਡਾਣਾਂ ਭਰੇ, ਪਰ ਇਹ ਵੀ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਬੱਚਾ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਵਿਲੱਖਣ ਕਾਬਲੀਅਤ ਅਤੇ ਮੁਕੱਦਰ ਲੈ ਕੇ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਫਰਜ਼ ਸਿਰਫ਼ ਉਮੀਦਾਂ ਦਾ ਬੋਝ ਪਾਉਣਾ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਲੁਕੇ ਹੁਨਰ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਕੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸਹੀ ਦਿਸ਼ਾ ਦੇਣਾ ਵੀ ਹੈ।

ਪੜ੍ਹਾਈ ਦਾ ਅਸਲ ਮਕਸਦ ਸਿਰਫ਼ ਨੌਕਰੀ ਜਾਂ ਦਰਜਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨਾ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇੱਕ ਸੋਚਵਾਨ, ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਲਈ ਲਾਭਕਾਰੀ ਇਨਸਾਨ ਬਣਨਾ ਹੈ। ਜੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਦਿਲ ਵਿੱਚ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਜੋਸ਼ ਜਾਗ ਪਏ, ਤਾਂ ਕਾਮਯਾਬੀ ਉਸਦੇ ਕਦਮਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਚੁੰਮਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਦਾ ਦੂਜਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਪੱਖ ਖੇਡਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਖੇਡਾਂ ਲਈ ਜੋਸ਼ ਦੀ ਚਿੰਗਾਰੀ ਭੜਕਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹੀ ਚਿੰਗਾਰੀ ਉਸਨੂੰ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਚਮਕਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹੀ ਜਜ਼ਬਾ ਉਸਨੂੰ ਹੌਲੇ-ਹੌਲੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ, ਰਾਜ, ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਤੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੱਧਰ ਤੱਕ ਲੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਸਫ਼ਰ ਕਦੇ ਵੀ ਇਕੱਲੇ ਤੈਅ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਇਹ ਉਹ ਯਾਤਰਾ ਹੈ ਜਿਸਦੇ ਪਿੱਛੇ ਅਣਗਿਣਤ ਹੌਸਲੇ, ਮਿਹਨਤਾਂ ਅਤੇ ਦੁਆਵਾਂ ਦਾ ਸਾਥ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਹੌਸਲਾ-ਅਫ਼ਜ਼ਾਈ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸੁਪਨਿਆਂ ਨੂੰ ਪਰ ਲਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਸੂਝਬੂਝ ਅਤੇ ਰਹਿਨੁਮਾਈ ਉਸ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਨੂੰ ਨਿਖਾਰਦੀ ਹੈ, ਜਦ ਕਿ ਕੋਚ ਦੀ ਅਨੁਸ਼ਾਸਿਤ ਅਤੇ ਸਖ਼ਤ ਤਿਆਰੀ ਉਸ ਨੂੰ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਕਾਬਲ-ਏ-ਤਾਰੀਫ਼ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਤਿੰਨੋ ਤਾਕਤਾਂ ਮਿਲ ਕੇ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਮਜ਼ਬੂਤ ਆਧਾਰ ਤਿਆਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿੱਥੇ ਖਿਡਾਰੀ ਸਿਰਫ਼ ਖੇਡਣਾ ਨਹੀਂ ਸਿੱਖਦਾ, ਸਗੋਂ ਜਿੱਤਣ ਦੀ ਸੋਚ ਅਤੇ ਹਾਰ ਤੋਂ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਜਜ਼ਬਾ ਵੀ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਵਸਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਮਾਪਿਆਂ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦੀ ਮਿਹਨਤ ਅਤੇ ਕੋਚ ਦੀ ਕੜੀ ਤਿਆਰੀ ਇੱਕ ਰੂਪ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ ਖਿਡਾਰੀ ਨਹੀਂ ਉਤਰਦਾ ਉਥੇ ਇੱਕ ਐਸਾ ਚੈਂਪੀਅਨ ਜਨਮ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ, ਸਗੋਂ ਪੂਰੇ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਮਾਣ ਬਣਦਾ ਹੈ।

SANJHI SOCH
ਰਾਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ 'ਰਾਜਨ'
ਪਠਾਨਕੋਟ
9417427656

ਪਬਲਿਕ ਹਿਤ ਵਿਚ ਸੂਚਨਾ

ਜਿੱਥੇ ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਇਹ ਅਵਾਜ ਪਹੁੰਚ ਰਹੀ ਹੈ ਮੈਂ ਗੁਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸੰਧੂ ਹੋਮਿਓਪੈਥਿਕ ਕਨਸਲਟੈਂਟ ਉਮਰ ਦੇ ਪੰਝਤਰਵੇਂ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਮੇਰੀ ਮੈਡੀਕਲ ਪ੍ਰੈਕਟਿਸ ਦੇ ਪੰਜਾਹ ਸਾਲ ਪੂਰੇ ਹੋਣ ਤੇ ਅਤੇ ਇਸ ਵਕਤ ਅਮੈਰਿਕਨ ਇਕੋਨਮੀ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਮਾੜੀ ਹਾਲਤ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਇਹ ਐਲਾਨ ਕਰਦਾ ਹਾ ਕਿ ਹਰੇਕ ਬਿਮਾਰ ਜੋ ਕਿਸੇ ਵੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਥੱਕ ਗਏ ਹਨ ਤਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਵਾਹ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਜੋ ਵੀ ਤੁਹਾਡੀ ਜੇਬ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇਵੇ ਉਹੀ ਦੇ ਕੇ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਬੱਸ ਇੱਕ ਗੱਲ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਕਿ ਮੁਰਗੀ ਨਾ ਮਰੇ ਤੇ ਅੰਡੇ ਮਿਲਦੇ ਰਹਿਣ ਮੇਰੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਵੀ ਬਣੀ ਰਹੇ ਤੇ ਤੁਹਾਡਾ ਵੀ ਘੱਟ ਖਰਚ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਹੋ ਸਕੇ ।

ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ 408-687-1899

ਮੇਰੇ ਵੱਲੋਂ ਸਿਹਤ ਵਿਗਿਆਨ ਦੀ ਲੜੀਵਾਰ ਸੀਰੀਜ ਸੁਣਨ ਲਈ ਮੇਰਾ ਯੂ ਟਿਊਬ ਚੈਨਲ, **https://youtu.be/-DUhK3cACEU SabRangstation.com** ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੋਂ 6 ਵਜੇ ਤੱਕ ਰੇਡੀਓ ਸਭਰੰਗ ਰੇਡੀਓ ਪਰਵਾਜ ਯੂਟਿਊਬ ਅਤੇ ਫੇਸਬੁੱਕ ਉੱਪਰ ਸੋਮਵਾਰ ਰੇਡੀਓ ਪੰਜਾਬ 1310 **AM** ਸ਼ਾਮ 3.35 ਤੋਂ 3.55 ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ 4.35 ਤੋਂ 4.55 ਹਿੰਦੀ ਵਿੱਚ, ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਟੀਵੀ ਸੋਮਵਾਰ, ਬੁੱਧਵਾਰ ਅਤੇ ਸ਼ੁਕਰਵਾਰ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ।

INFORMATION IN PUBLIC INTREST

I, Gurdip S Sandhu Homeopathic consultant at the completion of my 50 years of medical practice and in my 75 year of age and in worst condition of American economy, I declare that any one suffering and tired of any treatment for any disease at any age call for best homeopathic treatment with economical price charges which suites to your pocket but Make sure you take the egg and still the hen survives so that I can continue serving your health needs.

To listen to my health education lecture series, go to https://youtu.be/-DUhK3cACEU, Sabrangstation.com you can listen in cars @ Radio Sabrang and Radio Parwas while driving from 5pm to 6 pm. Facebook, Youtube Radio Punjab 1310 AM tune to 3.35pm to 3.55 pm Daily in Punjabi and 4.35 to 4.55 in Hindi . TV Sanjhi Soch Monday, Wednesday Friday in Punjabi.

HOMEOPATHIC NATURAL MEDICINES

When Tired of All Treatments, For any Disease, at any Age Try Alternative Treatment

Safe and Effective Medicines without any Side Effects

GURDIP S SANDHU

Consultant/Physician Since 1973 DHMS-Gold Medalist, BAMS, MDEH Ex-Prof, Principal & CMO Medical Colleges/Hospitals in India

(408) 687-1899   (925) 587-1148

Homeopathic Medicine and Notary Consultancy

9701 SARA ANN CT DUBLIN, CA 94568

PRACTICE UNDER PROVISION OF ACT SB_577 STATE OF CA

WE HAVE THE CHEAPEST FARES TO INDIA
LEGEND TRAVEL
arc
accredited agency
CST # 207524-40
Special Fares To India From West-coast (us) On Air India Direct Flights
AIR INDIA
JATINDER SINGH
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

RESIDENTIAL, COMMERCIAL AND SOLAR FARMS

with Singhsloar High performance Bifacial Smart Panels

ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹਿੱਸੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਕਾਰੋਬਾਰ ਤੇ ਸੋਲਰ ਸਿਸਟਮ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਸਤਨਾਮ ਸਿੰਘ ਖਾਲਸਾ ਨਾਲ ਅੱਜ ਹੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਬਿੱਲ ਤੋਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਛੁਟਕਾਰਾ

ਸਿਰ.ਫ ਇਕ ਕਾਲ - ਵੱਡੀ ਬੱਚਤ

510-706-1300

singhsolarusa@gmail.com

ਸੁਰਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ
ਸ੍ਰੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਸਾਹਿਬ

ਸਰੀਰਕ ਕਸਰਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ (ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਸਰਗਰਮ ਜੀਵਨ ਦੀ ਕੁੰਜੀ)

ਅੱਜ ਦੇ ਤੇਜ਼ ਰਫ਼ਤਾਰੀ ਵਾਲੇ ਯੁੱਗ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਦਫ਼ਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਬੈਠ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਮੋਬਾਈਲ ਫ਼ੋਨ ਵਰਤਦੇ ਹਨ, ਟੈਲੀਵਿਜ਼ਨ ਦੇਖਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਕੰਪਿਊਟਰਾਂ ਉੱਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਨੇ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਘਟਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੋਟਾਪਾ, ਮਧੁਮੇਹ, ਦਿਲ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ, ਤਣਾਅ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਵਰਗੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਦੇ ਸਿਹਤ ਮਾਹਿਰ ਚੰਗੀ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਲਈ ਨਿਯਮਿਤ ਕਸਰਤ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ‘ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦੇ ਰਹੇ ਹਨ।

ਕਸਰਤ ਸਿਰਫ਼ ਖਿਡਾਰੀਆਂ ਜਾਂ ਖੇਡਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਹਰ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ, ਵੱਡੇ ਅਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਸਭ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸਰਗਰਮ ਰੱਖਦੀ ਹੈ, ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨ ਜੀਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਕਸਰਤ ਦਾ ਅਰਥ ਕਿਸੇ ਵੀ ਐਸੀ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਨਾਲ ਹੈ ਜੋ ਸਰੀਰ ਦੀ ਤਾਕਤ, ਲਚਕਤਾ, ਸਹਿਨਸ਼ੀਲਤਾ ਅਤੇ ਕੁੱਲ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰੇ। ਟਹਿਲਣਾ, ਦੌੜਣਾ, ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣਾ, ਯੋਗਾ ਕਰਨਾ, ਤੈਰਨਾਂ, ਸਟਰੈਚਿੰਗ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਖੇਡਾਂ ਖੇਡਣਾ ਸਾਰੇ ਕਸਰਤ ਦੇ ਹੀ ਰੂਪ ਹਨ।

ਕਸਰਤ ਸੌਖੀ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਲਈ ਸਹਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਪੌੜੀਆਂ ਚੜ੍ਹਣਾ, ਬਾਗਬਾਨੀ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਤੇਜ਼ ਕਦਮਾਂ ਨਾਲ ਟਹਿਲਣਾ ਵੀ ਜੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸਿਹਤ ਲਈ ਬਹੁਤ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਕਸਰਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦਾ ਆਪਸੀ ਗਹਿਰਾ ਸੰਬੰਧ ਹੈ। ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਉਹ ਸਮਰੱਥਾ ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਹ ਆਪਣੀਆਂ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਬਿਨਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਥਕਾਵਟ ਦੇ ਸੁਚੱਜੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਰ ਸਕੇ। ਇੱਕ ਤੰਦਰੁਸਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਫੇਫੜੇ ਅਤੇ ਦਿਲ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਲਚਕਤਾ ਅਤੇ ਸੰਤੁਲਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਨਿਯਮਿਤ ਕਸਰਤ ਸਰੀਰਕ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੇ ਹਰ ਪੱਖ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ—

ਤਾਕਤ: ਕਸਰਤ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਹੱਡੀਆਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਸਹਿਨਸ਼ੀਲਤਾ: ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਸਟੈਮਿਨਾ ਅਤੇ ਊਰਜਾ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਲਚਕਤਾ: ਸਟਰੈਚਿੰਗ ਅਤੇ ਯੋਗਾ ਸਰੀਰ ਦੀ ਗਤੀਸ਼ੀਲਤਾ ਵਧਾਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਕੜਨ ਘਟਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਸੰਤੁਲਨ ਅਤੇ ਤਾਲਮੇਲ: ਕਸਰਤ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸੰਤੁਲਨ ਅਤੇ ਅਕਸ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਦੀ ਹੈ।

ਵਜ਼ਨ ਨਿਯੰਤਰਣ: ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕੈਲੋਰੀਆਂ ਘਟਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਜ਼ਨ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜੋ ਲੋਕ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕਸਰਤ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਆਪਣੇ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚੁਸਤ, ਆਤਮਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਅਤੇ ਸਰਗਰਮ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਨਿਯਮਿਤ ਅਤੇ ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਕਸਰਤ ਰਾਹੀਂ ਸਰੀਰਕ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸੁਧਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮ ਦੀਆਂ ਕਸਰਤਾਂ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਲਾਭ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਐਰੋਬਿਕ ਕਸਰਤ

ਟਹਿਲਣਾ, ਦੌੜਣਾ, ਤੈਰਨਾ ਅਤੇ ਸਾਈਕਲ ਚਲਾਉਣਾ ਵਰਗੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਦਿਲ ਅਤੇ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਕਸਰਤਾਂ ਖ਼ੂਨ ਦਾ ਸੰਚਾਰ ਵਧਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਵੱਧ ਆਕਸੀਜ਼ਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਤਾਕਤ ਵਧਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਸਰਤਾਂ

ਪੁਸ਼-ਅੱਪ, ਸਕਵਾਟ ਅਤੇ ਵਜ਼ਨ ਚੁੱਕਣ ਵਰਗੀਆਂ ਕਸਰਤਾਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਹੱਡੀਆਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਮਜ਼ਬੂਤ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਪੋਸਚਰ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਸੱਟਾਂ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਲਚਕਤਾ ਵਾਲੀਆਂ ਕਸਰਤਾਂ

ਯੋਗਾ ਅਤੇ ਸਟਰੈਚਿੰਗ ਵਾਲੀਆਂ ਕਸਰਤਾਂ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਲਚਕਤਾ ਲਿਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਜਕੜਨ ਘਟਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਲਚਕੀਲਾ ਸਰੀਰ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਹਿਲਜੁਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਦਰਦ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਸੰਤੁਲਨ ਵਾਲੀਆਂ ਕਸਰਤਾਂ

ਸੰਤੁਲਨ ਵਾਲੀਆਂ ਕਸਰਤਾਂ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ। ਇਹ ਡਿੱਗਣ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਤਾਲਮੇਲ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਵਿਸ਼ਾ ਮਾਹਿਰਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਹਰ ਰੋਜ਼ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 30 ਮਿੰਟ ਦੀ ਨਿਯਮਿਤ ਕਸਰਤ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੁਧਾਰ ਲਿਆ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਭਾਵੇਂ ਕਸਰਤ ਬਹੁਤ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੈ, ਪਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਫ਼ਿਟਨੈੱਸ ਰੂਟੀਨ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੁਝ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਅਪਣਾਉਣੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਅਚਾਨਕ ਜਾਂ ਗਲਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਕਸਰਤ ਚੋਟਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੁਝ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਇਹ ਹਨ—

ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਹੌਲੀ ਕਰੋ: ਨਵੇਂ ਸਿੱਖਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਲਾਹ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਹਲਕੀ ਕਸਰਤ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਹੋਲੀ ਹੋਲੀ ਸਮਾਂ ਅਤੇ ਤੀਬਰਤਾ ਵਧਾਉਣ।

ਵਾਰਮ-ਅੱਪ ਕਰੋ: ਸਟਰੈਚਿੰਗ ਅਤੇ ਵਾਰਮ-ਅੱਪ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕਸਰਤ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨੋ: ਠੀਕ ਜੁੱਤੇ ਅਤੇ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਕੱਪੜੇ ਸੱਟਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਪਾਣੀ ਪੀਓ: ਕਸਰਤ ਦੌਰਾਨ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਮੀ ਨਾ ਹੋਣ ਦਿਓ।

ਲੋੜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਸਰਤ ਤੋਂ ਬਚੋ: ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਕਸਰਤ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਦਰਦ, ਥਕਾਵਟ ਜਾਂ ਸੱਟ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਪੂਰਾ ਆਰਾਮ ਕਰੋ: ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰ ਅਤੇ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਆਰਾਮ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਲਵੋ: ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਦਮਾ, ਸ਼ੂਗਰ ਜਾਂ ਉੱਚ ਖ਼ੂਨ ਦਬਾਅ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਭਾਰੀ ਕਸਰਤ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਕਸਰਤ ਹੋਰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਬਣਦੀ ਹੈ।

ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦਾ ਗਹਿਰਾ ਸੰਬੰਧ ਹੈ। ਇੱਕ ਤੰਦਰੁਸਤ ਵਿਅਕਤੀ ਆਮ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਕੁੱਲ ਸਿਹਤ ਵਧੀਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਨਿਯਮਿਤ ਕਸਰਤ ਖ਼ੂਨ ਦਬਾਅ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਨ, ਮੋਟਾਪਾ ਘਟਾਉਣ, ਸ਼ੂਗਰ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲਣ, ਦਿਲ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ, ਰੋਗ-ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਸ਼ਕਤੀ ਵਧਾਉਣ, ਤਣਾਅ ਅਤੇ ਚਿੰਤਾ ਘਟਾਉਣ ਅਤੇ ਨੀਂਦ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਸੁਧਾਰਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਡਾਕਟਰ ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕਸਰਤ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਵੀ ਸੁਧਾਰਦੀ ਹੈ, ਉਦਾਸੀ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਆਤਮਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਧਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ ਹੋਈਆਂ ਖੋਜਾਂ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਲੋਕ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਸਰਗਰਮ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਲੰਮਾ ਜੀਵਨ ਜੀਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨ-ਮਿਆਰ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦੇ ਹਨ।

ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਕਸਰਤ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਧਿਆਨ, ਯਾਦਸ਼ਕਤੀ ਅਤੇ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਦੀ ਹੈ। ਬਾਹਰੀ ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਟੀਮ ਵਰਕ, ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ, ਨੇਤ੍ਰਿਤਵ ਅਤੇ ਆਤਮਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵੀ ਸਿਖਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਕੂਲਾਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕਸਰਤ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਕਰਨ ਤਾਂ ਜੋ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਹੀ ਚੰਗੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਬਣ ਸਕਣ।

ਕਸਰਤ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਆਦਤਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ। ਇਹ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਮਾਨਸਿਕ ਸੁਖ-ਸ਼ਾਂਤੀ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਊਰਜਾ ਵਧਾਉਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਈ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਕਸਰਤ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਅਤੇ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਨਾਲ ਨਿਯਮਿਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਆਧੁਨਿਕ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ, ਜਿੱਥੇ ਤਣਾਅ ਅਤੇ ਗੈਰ-ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀਆਂ ਆਮ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਉੱਥੇ ਨਿਯਮਿਤ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਹੀ ਸੰਤੁਲਿਤ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਕੁੰਜੀ ਹੈ। ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤ, ਚੁਸਤ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿਣ ਲਈ ਕਸਰਤ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਰੋਜ਼ਮਾਰਰਾ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਦਾ ਹਰ ਸਾਮਾਨ ਮਿਲੇਗਾ ਇਕ ਹੀ ਜਗਾਹ ਤੇ

Indian & Fijian Grocery Store

HOURS
10a.m - 8p.m

(209) 486-8233

ਇੱਥੇ ਪੱਗਾਂ, ਜਵੈਲਰੀ, ਧਾਰਮਿਕ ਫੋਟੋਆਂ, ਰੁਮਾਲਾ ਸਾਹਿਬ, ਪੂਜਾ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ, ਦਾਲਾਂ, ਨਮਕੀਨ, ਇੰਡੀਅਨ ਮੇਡ ਸਪੈਸ਼ਲ ਬਿਸਕੁਟ, ਤਾਜ਼ੀਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਫਰੋਜ਼ਨ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਖਰੀਦਦਾਰੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਇੰਡੀਅਨ,ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਤੇ ਫਿਜੀਆਨਾ ਗਰੋਸਰੀ

ਤਿਓਹਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰੀਨ ਬਨਾਉਣ ਲਈ ਖਰੀਦ ਸਕਦੇ ਹੋ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਜਾਵਟ ਦਾ ਸਮਾਨ |

Ria Money Transfer

INDIA ਪੈਸੇ ਭੇਜਣ ਲਈ RIA MONEY TRANSFER ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਸਟੋਰ ਤੋਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ

Address : 2015 Yosemite Blvd. Modesto CA

Website : www.indianfijianstore.wixsite.com/my-site-1 @indianfijiangrocery

ਸਾਡੇ ਦੂਜੇ ਸਟੋਰ ਦਾ ਪਤਾ NAV INDIAN MERCHANDISE GROCERY STORE 3230 MITCHELL ROAD, STE, C, CERES, CA 95307

CAPITAL SERVICES

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

ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ, ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ

AUTO • HOME • TRUCK • BUSINESS • LIFE • MEDICAL

ਪਾਸਪੋਰਟ / ਵੀਜ਼ਾ

* ੳ 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

ਸੁਆਦ ਜੋ ਦਿਲ ਜਿੱਤ ਲਵੇ !
'Sidhu Catering'
ਵਿਆਹ ਸ਼ਾਦੀ, ਰਿਸੈਪਸ਼ਨ, ਜਨਮਦਿਨ, ਧਾਰਮਿਕ ਸਮਾਗਮ
ਅਨੰਦ ਕਾਰਜ ਜਾਂ ਹੋਵੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਖੁਸ਼ੀ ਦਾ ਮੌਕਾ
1000 ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੰਦਿਆਂ ਤੱਕ ਦੀ ਪੂਰੀ Catering ਉਪਲਬਧ
ਸ਼ੁੱਧ ਅਤੇ ਸੁਆਦੀ ਖਾਣਾ
ਟਿਫ਼ਨ ਸਰਵਿਸ ਉਪਲਬਧ ਹੈ
ਹਰ ਕਿਸਮ ਦੀ ਕਰਵਾਓ ਮਠਿਆਈ ਅਤੇ ਸੀਰਨੀ ਤਿਆਰ
ਅਸੀਂ ਕਰਾਂਗੇ ' ਹਰ ਕਿਸੇ ਦੇ ਰੇਟ ਨੂੰ ਬੀਟ '
California ਵਿੱਚ ਕਿਤੇ ਵੀ ਪਾਓ Catering ਦੀ ਸੇਵਾ
'Sidhu Catering' - ਤੁਹਾਡੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਬਣਾਵੇ ਯਾਦਗਾਰ !
ਅੱਜ ਹੀ ਕਾਲ ਕਰੋ ਤੇ ਆਪਣੀ Booking ਬੁਕਿੰਗ ਕਰਵਾਓ
ਸੰਪਰਕ ਨੰਬਰ ਨੋਟ ਕਰ ਲਓ : (559) 283-1311 | (510) 230-6107

ਪੇਪਰ ਲੀਕ ਆਖ਼ਿਰ ਕਦੋਂ ਤੱਕ?

ਮੈਡੀਕਲ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਲਈ ਕੁੱਝ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਇਆ ਨੀਟ ਦਾ ਪੇਪਰ ਲੀਕ ਹੋਣ ਦੇ ਕਾਰਣ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਜਲਦੀ ਹੀ ਦੁਬਾਰਾ ਪੇਪਰ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਗੱਲ ਕਹੀ ਗਈ ਹੈ।

ਪੇਪਰ ਤੋਂ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਕੋਲ ਪੇਪਰ ਦੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦਾ ਪਹੁੰਚਣਾ ਇਹ ਸ਼ਾਹਦੀ ਭਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੁੱਤੀ ਚੋਰਾਂ ਨਾਲ ਰਲੀ ਹੋਈ ਹੈ ਜ਼ੋ ਮਿਹਨਤੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਭਵਿੱਖ ਨੂੰ ਦਾਅ ਤੇ ਲਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਮੈਡੀਕਲ ਦਾਖ਼ਲਾ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਬੱਚੇ ਦਸਵੀਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਕਰਨੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਲਈ ਉਹ ਲੱਖਾਂ ਰੁਪਏ ਕੋਚਿੰਗ ਸੈਂਟਰਾਂ ਨੂੰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ,ਦਿਨ ਰਾਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰਦੇ ਹਨ,ਹਰ ਸਮੇਂ ਤਨਾਅਪੂਰਨ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਤੀਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਪਰੰਤੂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਉਹਨਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਹੌਸਲਿਆਂ ਨੂੰ ਚਕਨਾਚੂਰ ਕਰਕੇ ਰੱਖ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਨਕਲ ਅਤੇ ਪੇਪਰ ਲੀਕ ਰੋਕਣ ਲਈ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਉਪਰਾਲੇ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਜਾਂ ਆਟੇ ਵਿੱਚ ਲੂਣ ਬਰਾਬਰ ਹਨ ਜਿਸਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਖ਼ੇਤਰ ਵਿੱਚ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਧਾਂਦਲੀਆਂ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਸਿੱਖਿਆ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਖੋਰਾ ਲਾਉਣ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਭਵਿੱਖ ਨੂੰ ਵੀ ਦਾਅ ਤੇ ਲਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।ਨਕਲ ਅਤੇ ਪੇਪਰ ਲੀਕ ਸਿੱਖਿਆ ਖ਼ੇਤਰ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਕੋਹੜ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੱਲ ਤਲਾਸ਼ਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਜਿਥੇ ਅਦਾਲਤ ਦੇ ਕਟਹਿਰੇ ਵਿੱਚ ਖੜ੍ਹਾ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇਗਾ ਉਥੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਨਾ ਹੋਣ ਉਸ ਲਈ ਅਗਾਂਊ ਚੌਕਸੀ ਪ੍ਰਬੰਧ ਵੀ ਹੋਰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨੇ ਹੋਣਗੇ।

ਰਜਵਿੰਦਰ ਪਾਲ ਸ਼ਰਮਾ
ਪਿੰਡ ਕਾਲਝਰਾਣੀ
ਡਾਕਖਾਨਾ ਚੱਕ ਅਤਰ ਸਿੰਘ ਵਾਲਾ
ਤਹਿ ਅਤੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ-ਬਠਿੰਡਾ
70873-67969

ਤੇਰਾ ਦੀਦ

ਤੇਰਾ ਦੀਦ ਖਾਲੀ ਹੱਥ ਮੈਂ ਸੱਜਣਾ ਆਪਣੇ ਘਰ ਜਾਵਾਂਗਾ।
ਆਪਣੇ ਹੋਸ਼-ਹਵਾਸ ਤੇਰੇ ਨਾਂ ਕਰ ਜਾਵਾਂਗਾ।
ਤੇਰਾ ਦੀਦ ਜੇ ਕਦੇ ਕਦਾਈਂ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਰਹੇ,
ਮੈਂ ਦੁੱਖਾਂ ਦੇ ਸਾਗਰ ਨੂੰ ਵੀ ਤਰ ਜਾਵਾਂਗਾ।
ਮੇਰੇ ਤੇ ਜੇ ਤੇਰੀ ਨਜਰ ਸਵੱਲੀ ਰਹੇ,
ਮੈਂ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀਆਂ ਸਭ ਦਾਤਾਂ ਨਾ' ਭਰ ਜਾਵਾਂਗਾ।
ਮੈਂ ਤਾਂ ਅੰਤਿਮ ਸਾਹ ਵੀ ਤੇਰੇ ਨਾਂ ਦਾ ਲੈਣਾ,
ਇਹ ਨਾ ਸੋਚੀਂ ਕਿ ਦੁਨੀਆਂ ਤੋਂ ਡਰ ਜਾਵਾਂਗਾ।
ਇੱਕ ਵਾਰੀ ਜੇ ਹੱਸਕੇ ਮੈਥੋਂ ਮੰਗ ਲਵੇਂ ਤੂੰ,
ਸਿਰ ਲਾਹ ਤੇਰੇ ਪੈਰਾਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਧਰ ਜਾਵਾਂਗਾ।
ਦੁੱਖਾਂ ਦੀ ਜੇ ਭੀੜ ਪਵੇ ਤਾਂ ਯਾਦ ਕਰੀਂ ਤੂੰ,
ਸੁੱਖਾਂ ਦੀ ਮੈਂ ਬਾਰਿਸ਼ ਬਣਕੇ ਵਰ੍ਹ ਜਾਵਾਂਗਾ।
ਬਲਦੀ ਅੱਗ ਵਿੱਚ ਪਾ ਕੇ ਭਾਵੇਂ ਪਰਖ ਲਵੀਂ ਤੂੰ,
ਤੇਰੀ ਖਾਤਰ ਲੱਖ ਤਸੀਹੇ ਜਰ ਜਾਵਾਂਗਾ।

ਜਸਪਾਲ ਸਿੰਘ ਨਾਗਰਾ 'ਮਹਿੰਦ ਪੁਰੀ'
ਯੂਬਾ ਸਿਟੀ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ (ਅਮਰੀਕਾ)
ਫੋਨ +13604481989

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

Imperial Spice
Resturant Bar & Banquet Hall
Vibrant flavors of
North and South Indian cuisine.
IMPERIAL SPICE
OPEN
10am to 10pm
ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਬੁੱਧਵਾਰ 10am to 3pm
Lunch Buffett
ਸਿਰਫ ਤੇ ਸਿਰਫ
$14.99
SPECIAL
Fish Pakora
$4.99
ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ $100 ਤੋ ਵੱਧ ਖਰਚਦੇ ਹੋ ਤਾਂ 1 ਪਲੇਟ ਪਾਣੀਪੁਰੀ FREE
OPEN
7 DAYS
A WEEK
ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ ਖਾਸ ਸਪੈਸ਼ਲ Buffet $12.99
ਰਾਤੀ Dinner ਸਮੇਂ 5 ਜਾਂ 5 ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੰਦਿਆਂ ਦੇ ਖਾਣਾ ਖਾਣ 'ਤੇ ਹੋਵੇਗਾ 10% discount
ਸਿਰਫ ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ hard liquor ਦੀਆਂ ਕੁਝ items ਦੇ shot ਦੀ ਕੀਮਤ ਹੋਵੇਗੀ ਸਿਰਫ $8
PACKAGE DEALS AVAILABLE
Spacious Banquet Hall
Professional Decoration
DJ & Special Security Available
5000 ਬੰਦਿਆਂ ਤੱਕ ਦੀ Catering ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ
ਅਸੀਂ ਦੇਸੀ ਘਿਉ ਦੀਆਂ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਮਿਠਾਈਆਂ ਵੀ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਾਂ
ਅਤੇ ਵਿਆਹ ਸ਼ਾਦੀਆਂ ਵਾਸਤੇ ਵੱਡੇ ਆਡਰ ਵੀ ਮਿਠਾਈਆਂ ਦੇ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ ।
Sonu (209) 595-8596 Goutam (209) 494-9404
430 W Grant Line Rd Tracy, CA 95376

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

SUNSHINE AUTO CARE INC
WE REPAIR ALL"
AUTO • DIESEL TRUCKS • TRAILERS
All Makes & Models
FULL SERVICE AUTO & DIESEL REPAIR
Engine Diagnostics
Brake Service
Engine Diagnostics
Brake Service
Suspension & Steering
Diesel Truck Repair
Trailer Repair
Reliable • Professional • Fast Service
1003 MOFFAT BLVD.• MANTECA, CA 95336
209-239-1551

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

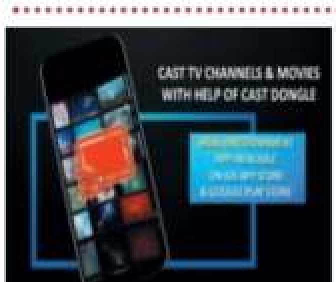
ਫੋਨ : (559) 653-8130, 774-243-4154

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

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

GHUMAN
LAW GROUP INC.

Ghuman Law Group
ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਲੈ ਕੇ ਆਏ ਨੇ
AMERICA ਵਿੱਚ
BUSINESS ਕਰਨ ਦਾ ਸੁਨਿਹਰੀ ਮੌਕਾ !

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ Canada, England, Australia, New Zealand, Europe ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਨਾਗਰਿਕ ਹੋ

ਆਓ E-2 Investor Visa ਰਾਹੀਂ
ਸਿਰਫ $25,000 ਦੀ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ Investment
ਜੇ ਹੋਰ ਵੱਧ invest ਕਰਨਾ ਚਾਹੋ, ਉਹ ਵੀ ਸੰਭਵ

GHUMAN LAW GROUP
ਤੁਹਾਡੀ ਕੰਪਨੀ ਸੈੱਟ ਕਰਵਾਉਣ 'ਚ ਪੂਰੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ

ਇਮੀਗਰੇਸ਼ਨ ਸਬੰਧੀ ਸਾਰਾ Paperwork ਅਸੀਂ ਕਰਾਂਗੇ

ਪਰਿਵਾਰ ਸਮੇਤ ਆਉਣ ਦਾ ਵਧੀਆ ਮੌਕਾ

- 2 ਸਾਲ ਦਾ Work Permit
- Spouse ਨੂੰ ਮਿਲੇਗਾ Open Work Permit
- ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ
- ਹਰ 2 ਸਾਲ ਬਾਅਦ Work Permit Renew ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਜਿੰਨਾ ਚਾਹੋ, ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਕੇ ਆਪਣਾ ਬਿਜ਼ਨਸ ਚਲਾ ਸਕਦੇ ਹੋ

MON - FRI, 9:00 AM - 3:00 PM

+1 (223) 300-0001 | www.ghumanlawgroup.org

2450 VENTURE OAKS WAY, STE 225 SACRAMENTO, CA

CIS
CALIFORNIA
IMMIGRATION SERVICES
YOUR REGISTERED & BONDED "IMMIGRATION-CONSULTANTS"
FAMILY PETITION
CITIZENSHIP
GREEN CARD PETITION
BUSINESS/VISITOR VISA
STUDENT VISA
CANADA VISA & P.R VARIOUS IMMIGRATION SERVICES
LIVE SCAN SERVICE
FEE $25.00
ROLLING FEE PER LIVE SCAN
NOTARY SERVICES
FEE $10.00
(408)422-8585
(510)573-3666
Fremont Office: 4127 Bay Street, Suite5
Manteca Office: 123 Sycamore Ave, Suite 201-E
www.caials.com
rosy@caials.com

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

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

SERVPRO
OF TRACY
Cleaning. Restoration. Construction.
ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਕੰਮ California ਦੇ Environmental, Restoration Standards ਅਤੇ Insurance Guidlines ਦੀ Compliance ਵਿੱਚ ਕਰਦੇ ਹਾਂ
ਅਸੀਂ Insurance Companies ਦੇ National Account 'ਤੇ ਹਾਂ
ਅੱਗ ਲੱਗਣ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ Mold ਨਾਲ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋਈ ਇਮਾਰਤ ਅਤੇ ਸਮਾਨ ਦੀ ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਦੇ ਹਾਂ | ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਈ ਇਮਾਰਤ ਅਤੇ ਸਮਾਨ ਦੀ Insurance ਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਕੇ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਪੈਸੇ ਦਵਾਉਂਦੇ ਹਾਂ
Before
After
• ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਨੁਕਸਾਨ ਦੀ ਮੁਰੰਮਤ
• ਕਾਰਪੇਟ ਅਤੇ ਫਰਨੀਚਰ ਸੁਕਾਉਣਾ
• ਛੱਤ ਅਤੇ ਕੰਧਾਂ ਦੀ ਉੱਲੀ (Mold) ਹਟਾਉਣਾ
• Insurance ਕੰਪਨੀ ਨਾਲ ਕਲੇਮ ਦਵਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ
Before
After
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

SANJHI SOCH TV & DAILY NEWSPAPER

TO EXPAND YOUR BUSINESS IN INDIAN COMMUNITY

Through Newspaper & T.V, Advertise with us just as low as $100 PER MONTH.

Call +1 (209) 303-1260

ਆਪਣੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਨੂੰ ਭਾਰਤੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਅਖ਼ਬਾਰ ਅਤੇ ਟੀਵੀ ਰਾਹੀ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਦਿਉ

ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਲਾਉਣ ਦੀ ਕੀਮਤ ਸਿਰਫ਼ $100 ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ

www.sanjhisoch.com Sanjhi Soch TV NRI

ਟੀ.ਵੀ. ਪੱਤਰਕਾਰਾਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ

ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਟੀ.ਵੀ. ਲਈ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ, ਜਲੰਧਰ, ਲੁਧਿਆਣਾ, ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਤੋਂ ਤਜ਼ੁਰਬੇਕਾਰ ਪੱਤਰਕਾਰਾਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਤਨਖ਼ਾਹ ਯੋਗਤਾ ਅਨੁਸਾਰ।

ਸੰਪਰਕ: +1 (209) 303-1260