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 2444 | 24 April, 2026 Friday | www.sanjhisoch.com | ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ★ ਪੰਜਾਬ ★ ਹਿਮਾਚਲ ★ ਹਰਿਆਣਾ ★ ਦੇਸ ਦੁਨੀਆਂ | +1 (209) 303-1260

ਲੇਬਨਾਨ ਅਤੇ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਵਿਚਾਲੇ ਵੀ ਹੋਈ ਜੰਗਬੰਦੀ

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਡੋਨਾਲਡ ਟਰੰਪ ਨੇ ਵ੍ਹਾਈਟ ਹਾਊਸ ਵਿਖੇ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਅਤੇ ਲੇਬਨਾਨ ਵਿਚਕਾਰ ਰਾਜਦੂਤ ਪੱਧਰੀ ਗੱਲਬਾਤ ਦੇ ਦੂਜੇ ਦੌਰ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੋਵਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਤਿੰਨ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਜੰਗਬੰਦੀ ਵਧਾਉਣ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਟਰੰਪ ਨੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਕਿ ਉਹ ਇਜ਼ਰਾਈਲੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਬੈਂਜਾਮਿਨ ਨੇਤਨਯਾਹੂ ਅਤੇ ਲੇਬਨਾਨ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਜੋਸਫ਼ ਔਨ ਨੂੰ ਜਲਦੀ ਹੀ ਵ੍ਹਾਈਟ ਹਾਊਸ ਬੁਲਾਉਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਈਰਾਨ ਨਾਲ ਸਮਝੌਤੇ ਬਾਰੇ, ਟਰੰਪ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਸਮਝੌਤਾ ਸਿਰਫ਼ ਤਾਂ ਹੀ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਜੇਕਰ ਇਹ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਹਿੱਤ ਵਿੱਚ ਹੋਵੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਕਿ ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਤੇ ਕੋਈ ਨਿਰਧਾਰਤ ਸਮਾਂ-ਸੀਮਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਜਲਦਬਾਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਫੈਸਲਾ ਨਹੀਂ ਲੈਣਗੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਕਿ ਈਰਾਨ ਵਿਰੁੱਧ ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਹਥਿਆਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਈਰਾਨ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਰਵਾਇਤੀ (ਗੈਰ-ਪ੍ਰਮਾਣੂ) ਹਮਲਿਆਂ ਤੋਂ ਕਾਫ਼ੀ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਪ੍ਰਮਾਣੂ ਹਥਿਆਰਾਂ ਦੀ ਕੋਈ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਭਾਰਤ ਨੇ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਭਾਰਤੀ ਨਾਗਰਿਕ (ਓ.ਸੀ.ਆਈ) ਦੀ ਫੀਸ ਅਤੇ ਨਿਯਮਾਂ 'ਚ ਕੀਤੀ ਸੋਧ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਇਸ ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ ਭਾਰਤ ਨੇ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਭਾਰਤੀ ਨਾਗਰਿਕ (ਓ.ਸੀ.ਆਈ) ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਫੀਸਾਂ ਅਤੇ ਨਿਯਮਾਂ 'ਚ ਸੋਧ ਕੀਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਆਵਰਜਨ ਬਿਊਰੋ ਅਤੇ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ 'ਚ ਸਥਿਤ ਭਾਰਤੀ ਦੂਤਾਵਾਸਾਂ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਲਾਗੂ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਸੋਧ ਅਨੁਸਾਰ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਦਾਖਲ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਅਰਜ਼ੀਆਂ ਅਤੇ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਅਰਜ਼ੀਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਫਰਕ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਵਿਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਨਵੀਂ ਓ.ਸੀ.ਆਈ. ਅਰਜ਼ੀ ਦੀ ਕੀਮਤ 275 ਡਾਲਰ ਹੈ, ਜਦਕਿ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਇਹ ਲਗਭਗ 180 ਡਾਲਰ (15,000 ਰੁਪਏ) ਹੈ। ਕਾਰਡਧਾਰਕ ਦੇ 20 ਸਾਲ ਦਾ ਹੋਣ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਵੇਰਵੇ ਅਪਡੇਟ ਕਰਨ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸਮੇਤ, ਮੁੜ ਜਾਰੀ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਲਾਗਤ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ 25 ਡਾਲਰ ਅਤੇ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਲਗਭਗ 17 ਡਾਲਰ (1,400 ਰੁਪਏ) ਹੈ। ਗੁੰਮ ਹੋਏ ਜਾਂ ਨੁਕਸਾਨੇ ਗਏ ਓ.ਸੀ.ਆਈ. ਕਾਰਡ ਲਈ ਫੀਸ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ 100 ਡਾਲਰ ਅਤੇ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਲਗਭਗ 112 ਡਾਲਰ (9,386 ਰੁਪਏ) ਹੈ। ਓ.ਸੀ.ਆਈ. ਸਥਿਤੀ ਦਾ ਤਿਆਗ ਕਰਨ ਦੀ ਲਾਗਤ ਵਿਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ 25 ਡਾਲਰ ਅਤੇ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਲਗਭਗ 17 ਡਾਲਰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਹੈ। ਇਹ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤ ਦੇ ਬਾਹਰ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਅਰਜ਼ੀਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਵੀ.ਐੱਫ.ਐੱਸ. ਗਲੋਬਲ ਅਤੇ ਬੀ.ਐੱਲ.ਐੱਸ. ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਵਰਗੀ ਆਊਟ ਸੋਰਸਿੰਗ ਏਜੰਸੀਆਂ ਤੋਂ ਵਾਧੂ ਸੇਵਾ ਫੀਸ ਅਤੇ ਭਾਰਤੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਕਲਿਆਣ ਫੰਡ (ਆਈ.ਸੀ.ਡਬਲਯੂ.ਐੱਫ.) ਫੀਸ ਦਾ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਾ ਪਵੇਗਾ।

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 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

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

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

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 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 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

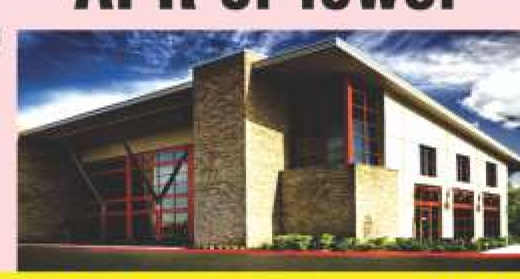
- ★ Minimun credit score 580
- ★ Short sales/Foreclosures/Bankruptcy No problem
- ★ FHA, conventional and ARM loans
- ★ Hard Money Loans
- ★ Second Mortgage
- ★ High Balance and Jumbo loans
- ★ "Second Mortgage" with Equity line of Credit
- ★ Refinance
- ★ Refinance/Cash out ਵੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ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

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 ਵਿੱਚ ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ ਜੰਗ ਦਾ ਨਵਾਂ ਰੂਪ

ਭਾਰਤ ਦੀ ਏਕਤਾ, ਅੰਦਰੂਨੀ ਸਥਿਰਤਾ ਅਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਚੁਨੌਤੀ

ਪ੍ਰੋ: ਸਰਚਾਂਦ ਸਿੰਘ ਖਿਆਲਾ
97813-55522

ਪੰਜਾਬ, ਜੋ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਸਰਹੱਦੀ ਢਾਲ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇੱਕ ਵਾਰ ਫਿਰ ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਚੁਨੌਤੀ ਦੇ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਖੜ੍ਹਾ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਵਾਰ ਖ਼ਤਰਾ ਰਵਾਇਤੀ ਜੰਗ ਵਰਗਾ ਸਿੱਧਾ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ "ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ ਜੰਗ" ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਇਸ ਜੰਗ ਵਿੱਚ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਦੀ ਇੰਟਰ-ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਇੰਟੈਲੀਜੈਂਸ ਵੱਲੋਂ ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਢੰਗ ਨਾਲ ਦਹਿਸ਼ਤਗਰਦੀ, ਅਪਰਾਧਿਕ ਗਿਰੋਹਬੰਦੀ, ਨਸ਼ਾ ਤਸਕਰੀ, ਹਥਿਆਰ ਸਪਲਾਈ, ਡਿਜ਼ੀਟਲ ਨੈੱਟਵਰਕ ਅਤੇ ਸਰਹੱਦ ਪਾਰ ਸਹਾਇਤਾ ਨੂੰ ਇੱਕ ਹੀ ਜਾਲ ਵਿੱਚ ਪਰੋਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਸਿਰਫ਼ ਹਿੰਸਾ ਫੈਲਾਉਣਾ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਭਰੋਸੇ ਨੂੰ ਤੋੜਨਾ, ਕਾਨੂੰਨ-ਵਿਵਸਥਾ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕਰਨਾ, ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਭਟਕਾਉਣਾ ਅਤੇ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਰਹੱਦੀ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਅਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਬਣਾ ਕੇ ਭਾਰਤ ਦੀ ਏਕਤਾ, ਅੰਦਰੂਨੀ ਸਥਿਰਤਾ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਪੰਜਾਬ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਆਈ ਐੱਸ ਆਈ ਦੀਆਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਾਜ਼ਿਸ਼ਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਮਈ 2022 ਵਿੱਚ ਮੋਹਾਲੀ ਦੇ ਇੰਟੈਲੀਜੈਂਸ ਹੈੱਡਕੁਆਰਟਰ 'ਤੇ ਆਰ ਪੀ ਜੀ ਹਮਲਾ, ਦਸੰਬਰ 2022 ਵਿੱਚ ਤਰਨਤਾਰਨ ਦੇ ਸਰਹਾਲੀ ਥਾਣੇ 'ਤੇ ਹਮਲਾ, 2015 ਦਾ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਹਮਲਾ ਅਤੇ 2016 ਦਾ ਪਠਾਨਕੋਟ ਹਮਲਾ ਇਹ ਸਾਰੇ ਮਾਮਲੇ ਸਰਹੱਦ ਪਾਰ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਨੂੰ ਬੇਨਕਾਬ ਕਰ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਪਰ ਮੌਜੂਦਾ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਤਬਦੀਲੀ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈ ਹੈ। ਹਾਲੀਆ ਹਿੰਸਾ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦਰਸਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਇਹ ਕੋਈ ਇਕੱਲੀਆਂ ਵਾਰਦਾਤਾਂ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਅਤੇ ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਸਾਜ਼ਿਸ਼ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹਨ। ਹੁਣ ਵੱਡੇ ਫ਼ੌਜੀ ਨਿਸ਼ਾਨਿਆਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਪੁਲਿਸ ਢਾਂਚਿਆਂ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਪੁਲਿਸ ਦਾ ਮਨੋਬਲ ਟੁੱਟੇ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਭਰੋਸਾ ਡੋਲ੍ਹੇ।

30 ਮਾਰਚ 2026 ਨੂੰ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਦੇ ਭਿੰਡੀ ਸੈਦਾਂ ਥਾਣੇ 'ਤੇ ਗ੍ਰਨੇਡ ਹਮਲਾ ਇਸ ਲੜੀ ਦੀ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕੜੀ ਸੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ 22 ਫ਼ਰਵਰੀ 2026 ਨੂੰ ਗੁਰਦਾਸਪੁਰ ਦੇ ਆਦੀਆਂ ਪਿੰਡ ਵਿੱਚ ਦੋ ਪੁਲਿਸ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਹੱਤਿਆ ਹੋਈ। ਇਹ ਹਮਲੇ ਸਿਰਫ਼ ਢਾਂਚਿਆਂ 'ਤੇ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਕਾਨੂੰਨ-ਵਿਵਸਥਾ ਦੀ ਰੀੜ੍ਹ 'ਤੇ ਹਮਲੇ ਹਨ।

ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਦਾਰਿਆਂ 'ਤੇ ਹੋਏ 24 ਗ੍ਰਨੇਡ ਹਮਲਿਆਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕੇਸ ਹੱਲ ਕਰ ਲਏ ਗਏ ਹਨ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਤੱਤਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਕੁਝ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਹੈਂਡਲਰਾਂ ਨੂੰ ਡਿਪੋਰਟ ਵੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਜਾਂਚ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵੀ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਕਿ ਕਈ ਮਾਡਿਊਲ ਸ਼ੀ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਸ਼ਹਜ਼ਾਦ ਭੱਟੀ ਵੱਲੋਂ ਚਲਾਏ ਜਾ ਰਹੇ ਸਨ, ਜੋ ਜੇਸ਼ਨ ਅਖ਼ਤਰ ਅਤੇ ਅਮਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਉਰਫ਼ ਪੰਨੂ ਵਰਗੇ ਭਾਰਤੀ ਗੈਂਗਸਟਰਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਇਹ ਗੱਲ ਖ਼ਾਸ ਧਿਆਨਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਇੱਥੇ ਹੁਣ ਦਹਿਸ਼ਤਗਰਦੀ ਅਤੇ ਗੈਂਗਸਟਰਵਾਦ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰਲੀ ਰੇਖਾ ਧੁੰਦਲੀ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ।

13 ਅਪ੍ਰੈਲ 2026 ਨੂੰ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਆਈ ਐੱਸ ਆਈ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਮਾਡਿਊਲ ਦੇ ਛੇ ਦੋਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲਗਭਗ ਚਾਰ ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦੀ ਲਾਲਚ ਦੇ ਕੇ ਭਰਤੀ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ "ਘੱਟ ਖ਼ਰਚੇ, ਵੱਡੇ ਅਸਰ" ਵਾਲੀ ਰਣਨੀਤੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਥਾਨਕ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਕਰਕੇ ਬਾਹਰੀ ਸਾਜ਼ਿਸ਼ਕਾਰ ਆਪਣੀ ਭੂਮਿਕਾ ਲੁਕਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਪਿਛਲੇ ਵੀਹ ਦਿਨਾਂ ਦਾ ਲੇਖਾ-ਜੋਖਾ ਵੇਖਿਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਗੰਭੀਰਤਾ ਹੋਰ ਵੀ ਸਪਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। 21 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਕਮਿਸ਼ਨਰੇਟ ਪੁਲਿਸ ਵੱਲੋਂ ਸਰਹੱਦ ਪਾਰੋਂ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਤਸਕਰੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਇੱਕ ਗਿਰੋਹ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਪੰਜ ਮੁਲਜ਼ਮਾਂ ਤੋਂ 7.050 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ ਹੈਰੋਇਨ ਬਰਾਮਦ ਕੀਤੀ। ਇਸੇ ਦਿਨ ਹੁਸ਼ਿਆਰਪੁਰ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਹਥਿਆਰ ਅਤੇ ਨਸ਼ਾ ਤਸਕਰ ਗਿਰੋਹ ਦੇ ਚਾਰ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ 10 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ ਹੈਰੋਇਨ, ਦੋ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਪਿਸਤੌਲਾਂ ਤੇ ਕਾਰਤੂਸਾਂ ਸਮੇਤ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ। 20 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਕਮਿਸ਼ਨਰੇਟ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਤਿੰਨ ਮੁਲਜ਼ਮਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲੋਂ ਛੇ ਪਿਸਤੌਲਾਂ ਸਮੇਤ ਸੱਤ ਜ਼ਿੰਦਾ ਕਾਰਤੂਸ ਬਰਾਮਦ ਕੀਤੇ। 18 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ ਕਾਊਂਟਰ ਇੰਟੈਲੀਜੈਂਸ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਸਟੇਟ ਸਪੈਸ਼ਲ ਓਪਰੇਸ਼ਨ ਸੈਲ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਯੂਨਿਟ ਨੇ ਨਾਰਕੋ-ਅੱਤਵਾਦੀ ਨੈੱਟਵਰਕ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਹੈਂਡਲਰਾਂ ਅਤੇ ਪਾਕਿਸਤਾਨ-ਅਧਾਰਿਤ ਤਸਕਰਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਅੱਤਵਾਦੀ ਮਾਡਿਊਲ ਦੇ ਦੋ ਦੋਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ 64.62 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ ਹੈਰੋਇਨ ਸਮੇਤ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ। 16 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ ਕਾਊਂਟਰ ਇੰਟੈਲੀਜੈਂਸ ਵਿੰਗ ਨੇ ਸ਼ਸ਼ੌਛ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਅਤੇ ਮੋਹਾਲੀ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਦਿਆਂ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਸਮਰਥਿਤ ਸਰਹੱਦ ਪਾਰ ਅੱਤਵਾਦੀ ਮਾਡਿਊਲ ਦੇ ਇੱਕ ਦੋਸ਼ੀ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਤੇ ਉਸ ਕੋਲੋਂ ਚਾਰ ਹੈਂਡ ਗ੍ਰਨੇਡ, ਦੋ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਪਿਸਤੌਲ ਅਤੇ ਗੋਲੀ-ਸਿੱਕਾ ਬਰਾਮਦ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸੇ ਸਿਲਸਿਲੇ ਵਿੱਚ 5 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਕਾਊਂਟਰ ਇੰਟੈਲੀਜੈਂਸ ਵਿੰਗ ਨੇ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਪੁਲਿਸ ਅਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਤੇਜ਼ ਅਤੇ ਸਾਂਝੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਦਿਆਂ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਗ੍ਰਨੇਡ ਹਮਲੇ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਦੋ ਮੁੱਖ ਦੋਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ। ਮੁੱਢਲੀ ਜਾਂਚ ਵਿੱਚ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਕਿ ਇੱਕ ਦੋਸ਼ੀ ਗੁਰਤੇਜ ਸਿੰਘ ਲਗਭਗ ਛੇ ਮਹੀਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਹੈਂਡਲਰ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਇਆ ਸੀ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਉਸ ਨੂੰ ਪੁਰਤਗਾਲ ਸਥਿਤ ਬਲਜੋਤ ਸਿੰਘ੍ ਜੋਤ ਅਤੇ ਜਰਮਨੀ ਸਥਿਤ ਹਰਜੀਤ ਸਿੰਘ੍ ਲਾਡੀ ਵੱਲੋਂ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ ਮਿਲੇ ਅਤੇ ਹਮਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਦੋ ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦਾ ਵਾਅਦਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਹ ਮਾਮਲਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ ਜੰਗ ਦਾ ਨੈੱਟਵਰਕ ਸਿਰਫ਼ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਧਰਤੀ 'ਤੇ ਬੈਠੇ ਤੱਤਾਂ ਦੁਆਰਾ ਵੀ ਚਲਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। 11 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ ਬਟਾਲਾ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਸਰਹੱਦ ਪਾਰੋਂ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਅਤੇ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਹਥਿਆਰਾਂ ਦੇ ਗਿਰੋਹ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਦੋ ਮੁਲਜ਼ਮਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰਕੇ 6.5 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ ਹੈਰੋਇਨ, ਇੱਕ .30 ਕੈਲੀਬਰ ਪਿਸਤੌਲ, ਛੇ ਜ਼ਿੰਦਾ ਕਾਰਤੂਸ ਅਤੇ ਇੱਕ ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਡਰੱਗ ਮਨੀ ਬਰਾਮਦ ਕੀਤੀ। 8 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਕਮਿਸ਼ਨਰੇਟ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਅਟਾਰੀ ਸੈਕਟਰ ਦੇ ਸਰਹੱਦੀ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਰਹੱਦ ਪਾਰੋਂ ਹਥਿਆਰ ਤਸਕਰੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਇੱਕ ਮਾਡਿਊਲ ਦੇ ਤਿੰਨ ਮੁਲਜ਼ਮਾਂ ਅਤੇ ਇੱਕ ਨਾਬਾਲਗ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲੋਂ ਸੱਤ ਆਧੁਨਿਕ ਪਿਸਤੌਲ, 12 ਜ਼ਿੰਦਾ ਕਾਰਤੂਸ ਅਤੇ ਇੱਕ ਮੋਟਰਸਾਈਕਲ ਬਰਾਮਦ ਕੀਤਾ। 7 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ ਕਪੂਰਥਲਾ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਚਾਰ ਨਸ਼ਾ ਤਸਕਰਾਂ ਨੂੰ 16.8 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ ਹੈਰੋਇਨ ਸਮੇਤ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ, ਜੋ ਖੇਪ ਸਰਹੱਦੀ ਇਲਾਕੇ ਤੋਂ ਲਿਆ ਕੇ ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਭੇਜਣੀ ਸੀ। 6 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ ਕਾਊਂਟਰ ਇੰਟੈਲੀਜੈਂਸ ਪੰਜਾਬ ਨੇ ਆਈ ਐੱਸ ਆਈ-ਸਮਰਥਿਤ ਅੱਤਵਾਦੀ ਮਾਡਿਊਲ ਦੇ ਤਿੰਨ ਮੁਲਜ਼ਮਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰਕੇ ਦੋ ਹੈਂਡ ਗ੍ਰਨੇਡ ਅਤੇ ਇੱਕ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਗਲੌਕ ਪਿਸਤੌਲ ਬਰਾਮਦ ਕੀਤਾ। 5 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਕਮਿਸ਼ਨਰੇਟ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਸਰਹੱਦ ਪਾਰ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਤਸਕਰੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੋ ਮੁਲਜ਼ਮਾਂ ਨੂੰ 4.13 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ ਹੈਰੋਇਨ ਸਮੇਤ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ, 2 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ ਪਟਿਆਲਾ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਗੈਰ-ਕਾਨੂੰਨੀ ਹਥਿਆਰ ਸਪਲਾਈ ਮਾਡਿਊਲ ਦੇ ਚਾਰ ਦੋਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰਕੇ 10 ਆਧੁਨਿਕ ਸੈੱਲਫ਼-ਲੋਡਿੰਗ ਹਥਿਆਰ ਬਰਾਮਦ ਕੀਤੇ।

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੱਬਰ ਖ਼ਾਲਸਾ ਵਰਗੀਆਂ ਤਾਕਤਾਂ ਦੁਬਾਰਾ ਸਰਗਰਮ ਹੋਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਗੈਂਗਸਟਰਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਜਾਲ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। 9 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬ ਪੁਲੀਸ ਨੇ ਕੇਂਦਰੀ ਏਜੰਸੀਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੇ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਆਈਐਸਆਈ ਪ੍ਰਯੋਜਿਤ ਬੀ ਕੇ ਆਈ ਮਾਡਿਊਲ ਦੇ ਦੋ ਮੁਲਜ਼ਮਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲੋਂ ਪੰਜ ਹੈਂਡ ਗ੍ਰਨੇਡ ਸਮੇਤ ਹੋਰ ਮਾਰੂ ਵਿਸਫੋਟਕ ਸਮਗਰੀ ਬਰਾਮਦ ਕੀਤੀ। ਇਹ ਬਰਾਮਦਗੀ ਸਾਫ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਸੀ ਕਿ ਜਨਤਕ ਸ਼ਾਂਤੀ ਭੰਗ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉੱਚ-ਪ੍ਰਭਾਵ ਵਾਲੇ ਹਮਲੇ ਕਰਨ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਚੱਲ ਰਹੀ ਸੀ। 10 ਅਪ੍ਰੈਲ ਨੂੰ ਦਿੱਲੀ ਪੁਲਿਸ ਨੇ 11 ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਅੱਠ ਪੰਜਾਬ ਅਤੇ ਤਿੰਨ ਦਿੱਲੀ ਦੇ ਸਨ। ਇਹ ਲੋਕ ਬੱਬਰ ਖ਼ਾਲਸਾ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਸਨ ਅਤੇ ਫ਼ੌਜੀ ਠਿਕਾਣਿਆਂ ਦੀ ਟਹਿਣੀ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਈ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਸੀਸੀਟੀਵੀ ਕੈਮਰੇ ਲਗਾ ਕੇ ਫ਼ੌਜੀ ਹਲਚਲ ਸਬੰਧੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਕੱਠੀ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਉਹ ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਭੇਜੀ।

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ, ਹੁਸ਼ਿਆਰਪੁਰ, ਬਟਾਲਾ, ਕਪੂਰਥਲਾ, ਪਟਿਆਲਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰੀਆਂ ਉਪਰੰਤ ਇਨ੍ਹਾਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਹੋਰ ਵੀ ਚਿੰਤਾਜਨਕ ਤੱਥ ਸਾਹਮਣੇ ਲਿਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਕਿ ਮੁਲਜ਼ਮ ਪਾਕਿਸਤਾਨ-ਅਧਾਰਿਤ ਤਸਕਰ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਕਈ ਤਾਂ ਯੂਰਪ ਅਤੇ ਦੁਬਈ ਅਧਾਰਿਤ ਹੈਂਡਲਰਾਂ ਅਤੇ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਬੰਦ ਕਾਰਕੁਨਾਂ ਨਾਲ ਸਿੱਧੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਨ। ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਹੇਠ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਹਥਿਆਰ ਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਸਪਲਾਈ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਇਹ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੱਸਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਨਸ਼ਾ ਅਤੇ ਹਥਿਆਰ ਤਸਕਰੀ ਹੁਣ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅਪਰਾਧ ਨਹੀਂ ਰਹੇ, ਸਗੋਂ ਇੱਕ ਹੀ ਸੁਰੱਖਿਆ-ਵਿਰੋਧੀ ਨੈੱਟਵਰਕ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਹਨ। ਜਾਂਚ ਵਿੱਚ ਇਹ ਗਲ ਵੀ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈ ਕਿ ਇਹ ਦੋਸ਼ੀ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਰਾਹੀਂ ਪਾਕਿਸਤਾਨ-ਅਧਾਰਿਤ ਤਸਕਰਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਸਨ ਅਤੇ ਸਰਹੱਦ ਪਾਰੋਂ ਆਏ ਹਥਿਆਰ ਪੰਜਾਬ ਭਰ ਦੇ ਅਪਰਾਧਿਕ ਤੱਤਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾ ਰਹੇ ਸਨ। ਇਹ ਤੱਥ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਸਿਰਫ਼ ਪ੍ਰਚਾਰ ਦਾ ਸਾਧਨ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਹੁਣ ਅਤਿਵਾਦ ਦੀ ਭਰਤੀ, ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ, ਨਿਰਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਨੈੱਟਵਰਕਿੰਗ ਦਾ ਅੱਤਵਾਦੀ ਸਾਧਨ ਵੀ ਬਣ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਡਿਜ਼ੀਟਲ ਨਿਗਰਾਨੀ ਅਤੇ ਇੰਫ਼ਰਾਸਟ੍ਰਕਚਰ ਮੈਪਿੰਗ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ। ਡਰੋਨ, ਸਮਗਲਿੰਗ ਅਤੇ ਸਰਹੱਦੀ ਰਸਤੇ ਹੁਣ ਸਿਰਫ਼ ਨਸ਼ਿਆਂ ਲਈ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਹਥਿਆਰਾਂ, ਵਿਸਫੋਟਕ ਸਮਗਰੀ ਅਤੇ ਖ਼ੁਫ਼ੀਆ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਆਵਾਜਾਈ ਲਈ ਵੀ ਵਰਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਨਸ਼ੇ ਦੀ ਤਸਕਰੀ ਹੁਣ ਆਰਥਿਕ ਲਾਭ ਦਾ ਮਸਲਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਰਹੀ, ਇਹ ਦਹਿਸ਼ਤਗਰਦੀ ਨੂੰ ਆਰਥਿਕ ਸਹਾਰਾ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਸਾਧਨ ਵੀ ਬਣ ਗਈ ਹੈ। ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ ਸਥਿਤ ਭਾਜਪਾ ਦਫ਼ਤਰ 'ਤੇ ਹਮਲੇ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਅੱਤਵਾਦੀ ਮਾਡਿਊਲ ਦਾ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਹੈਂਡਲਰਾਂ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਹੇਠ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਇਹ ਵੀ ਸਪਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨਿਸ਼ਾਨੇ ਸਿਰਫ਼ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਦਾਰੇ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵੀ ਬਣ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਸਾਰੇ ਤੱਤ ਇੱਕ ਵੱਡੇ ਨੈੱਟਵਰਕ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਹਨ।

ਨਾਰਕੋ-ਅੱਤਵਾਦੀ ਨੈੱਟਵਰਕਾਂ ਦਾ ਉਭਾਰ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਚਿੰਤਾਜਨਕ ਹੈ। ਨਸ਼ਾ ਸਿਰਫ਼ ਲਾਭ ਦਾ ਸਾਧਨ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਗਿਆ, ਸਗੋਂ ਦਹਿਸ਼ਤਗਰਦੀ ਨੂੰ ਫ਼ੰਡ ਕਰਨ ਦਾ ਮਾਧਿਅਮ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ। ਗੈਂਗਸਟਰ ਨੈੱਟਵਰਕ ਹੁਣ ਲਾਜਿਸਟਿਕ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਸਹਿਯੋਗ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਹਿਸ਼ਤਗਰਦੀ ਅਤੇ ਅਪਰਾਧ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਦੀ ਲਕੀਰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਮਿਟ ਰਹੀ ਹੈ।

ਅੱਜ ਪੰਜਾਬ ਤਿੰਨ ਵੱਡੀਆਂ ਚੁਨੌਤੀਆਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਪਹਿਲਾਂ, ਦਹਿਸ਼ਤਗਰਦ ਅਤੇ ਖਾਲਿਸਤਾਨੀ ਮਾਡਿਊਲਾਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਸਰਗਰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼; ਦੂਜਾ, ਨਸ਼ੇ ਅਤੇ ਹਥਿਆਰਾਂ ਦੀ ਤਸਕਰੀ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਅਪਰਾਧਿਕ-ਅੱਤਵਾਦੀ ਅਰਥਵਿਵਸਥਾ ਖੜ੍ਹੀ ਕਰਨਾ; ਤੀਜਾ, ਸਥਾਨਕ ਗੈਂਗਸਟਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਟਾਰਗੈਟ ਕਿਲਿੰਗ ਕਰਵਾਉਣਾ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਦਾ ਮਿਲਾਪ ਹੀ ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ ਜੰਗ ਦਾ ਢਾਂਚਾ ਤਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਚਿੰਤਾਜਨਕ ਗੱਲ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਭਰਤੀ ਹੈ। ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ, ਨਸ਼ਾ, ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਪੈਸਾ ਕਮਾਉਣ ਦੀ ਲਾਲਚ ਅਤੇ ਗੈਂਗਸਟਰ ਸਭਿਆਚਾਰ ਨੇ ਕੁਝ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਜਾਲ ਵਿੱਚ ਫਸਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਨਾਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਸਿਰਫ਼ ਕਾਨੂੰਨੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਸਮਾਜਕ ਸੰਕਟ ਹੈ। ਜੇ ਨਸ਼ਾ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਖੋਖਲਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ ਜੰਗ ਰਾਜ ਨੂੰ ਅੰਦਰੋਂ ਖੋਖਲਾ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਅੱਜ ਲੋੜ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਚੁਨੌਤੀ ਦਾ ਜਵਾਬ ਸਿਰਫ਼ ਪੁਲਿਸ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਨਾਲ ਨਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ, ਸਗੋਂ ਇੱਕ ਸਮੂਹਿਕ, ਬਹੁ-ਪੱਖੀ ਅਤੇ ਦੂਰਗਾਮੀ ਰਣਨੀਤੀ ਨਾਲ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ। ਜਿਸ 'ਚ ਸਰਹੱਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤੀ, ਨਸ਼ੇ ਦੇ ਪੈਸੇ ਅਤੇ ਹਵਾਲਾ ਨੈੱਟਵਰਕਾਂ 'ਤੇ ਕਾਰਵਾਈ, ਡਰੋਨ ਅਤੇ ਡਿਜ਼ੀਟਲ ਨਿਗਰਾਨੀ, ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਅਤੇ ਜਾਗਰੂਕਤਾ, ਅਤੇ ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਸਮਾਜਕ ਸਹਿਯੋਗ। ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ ਜੰਗ ਦਾ ਜਵਾਬ ਵੀ ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ ਹੀ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਸਮਾਜ, ਅਰਥਵਿਵਸਥਾ ਅਤੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਹਰ ਮੋਰਚੇ 'ਤੇ ਸੰਗਠਿਤ ਜਵਾਬ।

ਸੱਚ ਤਾਂ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਸਰਹੱਦ ਹੁਣ ਇੱਕ "ਹਾਈਬ੍ਰਿਡ ਜੰਗ" ਦਾ ਮੈਦਾਨ ਬਣ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਡਰੋਨ, ਨਸ਼ੇ, ਹਥਿਆਰ, ਗੈਂਗਸਟਰ ਅਤੇ ਆਈ ਐਸ ਆਈ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਹੈ। ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਸਖ਼ਤ ਕਾਰਵਾਈ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਸਮਾਜਕ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਭ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਇੱਕ ਹੋਰ ਸੱਚ ਵੀ ਉਤਨਾ ਹੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੈ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਸਰਹੱਦ ਨਹੀਂ ਇਹ ਭਾਰਤ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਢਾਲ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕਰਨ ਦੀ ਹਰ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਦਾ ਜਵਾਬ ਸਾਨੂੰ ਇੱਕਜੁੱਟਤਾ ਅਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸੰਕਲਪ ਨਾਲ ਹੀ ਦੇਣਾ ਹੋਵੇਗਾ।

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

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

ਟਰੰਪ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਅਮਰੀਕੀ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕਾਨੂੰਨਾਂ 'ਚ ਕਰ ਸਕਦੈ ਵੱਡੇ ਬਦਲਾਅ

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਡੋਨਾਲਡ ਟਰੰਪ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕੋਡਸ ਅਤੇ ਨੀਤੀਆਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵੱਲ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਨਵੀਂ ਯੋਜਨਾ ਅਧੀਨ ਕਾਨੂੰਨੀ ਅਤੇ ਗੈਰਕਾਨੂੰਨੀ ਦੋਵੇਂ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿਚ ਵੱਡੇ ਬਦਲਾਅ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।ਵ੍ਹਾਈਟ ਹਾਊਸ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਸਰੋਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਸਰਹੱਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ, ਵੀਜ਼ਾ ਜਾਂਚ ਕੜੀ ਕਰਨ, ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ ਅਤੇ ਆਸਰਾ ਕੇਸਾਂ ਵਿਚ ਨਵੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਲਗਾਉਣ ਅਤੇ ਡਿਪੋਰਟੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ ਕਰਨ ਉੱਤੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।ਨਵੀਆਂ ਤਜਵੀਜ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਲਈ ਬੈਕਗ੍ਰਾਊਂਡ ਚੈਕ ਹੋਰ ਸਖ਼ਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਵਰਕ ਵੀਜ਼ਾ, ਸਟੂਡੈਂਟ ਵੀਜ਼ਾ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਸਪਾਂਸਰਸ਼ਿਪ ਵਾਲੇ ਕੇਸਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਵਧੇਰੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਮੰਗੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਯੂ.ਐੱਸ. ਸਿਟੀਜ਼ਨਸ਼ਿਪ ਐਂਡ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਅਤੇ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਆਫ ਹੋਮਲੈਂਡ ਸਕਿਓਰਿਟੀ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਨਿਯਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋਰ ਅਧਿਕਾਰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਜਤਾਈ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਕੇਸਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ, ਇੰਟਰਵਿਊ ਅਤੇ ਰਿਕਾਰਡ ਚੈਕ ਹੋਰ ਗਹਿਰਾਈ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਚ ਇਹ ਚਰਚਾ ਚੱਲ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਨਵੇਂ ਬਦਲਾਅ ਨਾਲ ਗ੍ਰੀਨ ਕਾਰਡ, ਵਰਕ ਪਰਮਿਟ, ਅਸਾਇਲਮ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਕੇਸ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਵਕੀਲਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਅਰਜ਼ੀਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਪੂਰੇ ਰੱਖਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੁਰਾਣੇ ਰਿਕਾਰਡ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਦਰਜ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।ਮਾਹਿਰਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਟਰੰਪ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ "ਮੇਰਿਟ ਬੇਸਡ" ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਹੁਨਰਮੰਦ, ਉੱਚ-ਪੜ੍ਹੇ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਜ਼ਬੂਤ ਅਰਜ਼ੀਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਮਿਲੇ।ਪੰਜਾਬ, ਭਾਰਤ ਅਤੇ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਇਸ ਮਾਮਲੇ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੇ ਹੋਏ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਹਰ ਸਾਲ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਲੋਕ ਅਮਰੀਕਾ ਜਾਣ ਲਈ ਵੀਜ਼ਾ ਜਾਂ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।ਜੇ ਇਹ ਬਦਲਾਅ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਅਗਲੇ ਕੁਝ ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿਚ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸਿਸਟਮ ਵਿਚ ਵੱਡੀ ਤਬਦੀਲੀ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਪੁਰਾਣੇ ਗ੍ਰੀਨ ਕਾਰਡ ਕੇਸਾਂ ਦੀ ਮੁੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂਚ ! ਯੂ.ਐੱਸ ਸਿਟੀਜ਼ਨਸ਼ਿਪ ਐਂਡ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਦੀ ਸਖ਼ਤ ਨੀਤੀ ਨਾਲ ਪ੍ਰਵਾਸੀਆਂ 'ਚ ਚਰਚਾ

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸਿਸਟਮ ਵਿਚ ਸਖ਼ਤੀ ਵਧਾਉਣ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿਚ ਯੂ.ਐੱਸ. ਸਿਟੀਜ਼ਨਸ਼ਿਪ ਐਂਡ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ (ਯੂ.ਐੱਸ.ਸੀ.ਆਈ.ਐੱਸ.) ਵੱਲੋਂ ਪੁਰਾਣੇ ਮਨਜ਼ੂਰਸ਼ੁਦਾ ਗ੍ਰੀਨ ਕਾਰਡ ਕੇਸਾਂ ਦੀ ਦੁਬਾਰਾ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਜਤਾਈ ਗਈ ਹੈ। ਇਹ ਕਦਮ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਾਮਲਿਆਂ ਲਈ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਧੋਖਾਧੜੀ, ਗਲਤ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਨਕਲੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਜਾਂ ਤੱਥ ਲੁਕਾਉਣ ਦਾ ਸ਼ੱਕ ਹੋਵੇ।

ਜੋਸਫ ਐਡਲੋਅ ਦੇ ਹਾਲੀਆ ਬਿਆਨਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਹ ਮਾਮਲਾ ਹੋਰ ਚਰਚਾ ਵਿਚ ਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਲਾਭ ਧੋਖੇ ਨਾਲ ਹਾਸਲ ਕਰਕੇ ਸਮਝਦੇ ਹਨ ਕਿ ਹੁਣ ਬਚ ਗਏ ਹਨ, ਉਹ ਗਲਤਫਹਿਮੀ ਵਿਚ ਹਨ। ਏਜੰਸੀ ਪੁਰਾਣੇ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਖੰਗਾਲਣ ਅਤੇ ਸ਼ੱਕੀ ਕੇਸਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਵਾਧੂ ਸਰੋਤ ਲਗਾ ਰਹੀ ਹੈ।ਇਸ ਮੁਹਿੰਮ ਵਿਚ ਯੂ.ਐੱਸ. ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਕਸਟਮਜ਼ ਇਨਫੋਰਸਮੈਂਟ ਅਤੇ ਯੂ.ਐੱਸ. ਕਸਟਮਜ਼ ਐਂਡ ਬਾਰਡਰ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਵਰਗੀਆਂ ਏਜੰਸੀਆਂ ਨਾਲ ਸਹਿਯੋਗ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਨੁਸਾਰ ਫਰਾਡ ਰਿਪੋਰਟਿੰਗ ਹੋਟਲਾਈਨ ਅਤੇ ਡਾਟਾ ਮੈਚਿੰਗ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਵੀ ਹੋਰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਪੁਰਾਣੇ ਕੇਸਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਗੜਬੜੀਆਂ ਪਤਾ ਲੱਗ ਸਕਣ।

ਇਸ ਨਾਲ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ "ਪਬਲਿਕ ਚਾਰਜ" ਅਤੇ ਫਾਈਨਾਂਸ਼ੀਅਲ ਸਵੈ-ਨਿਰਭਰਤਾ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਾਲ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਮਤਲਬ ਇਹ ਕਿ ਭਵਿੱਖ ਦੇ ਗ੍ਰੀਨ ਕਾਰਡ ਕੇਸਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਵੇਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਬਿਨੈਕਾਰ ਆਪਣਾ ਖਰਚਾ ਆਪ ਚਲਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਕਾਨੂੰਨੀ ਮਾਹਿਰਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ, ਸੱਚੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਕੇ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਗ੍ਰੀਨ ਕਾਰਡ ਲਿਆ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਘਬਰਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ। ਪਰ ਜੇ ਕਿਸੇ ਨੇ ਝੂਠੀ ਵਿਆਹ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਨਕਲੀ ਨੌਕਰੀ ਰਿਕਾਰਡ, ਜਾਲਸਾਜ਼ੀ ਵਾਲੇ ਸਪਾਂਸਰ ਪੇਪਰ ਜਾਂ ਗਲਤ ਪਛਾਣ ਵਰਤੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੇਸ ਮੁੜ ਖੁੱਲ੍ਹ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਨਵੀਂ ਅਪਡੇਟ ਮੁਤਾਬਕ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਏਜੰਸੀ ਹੁਣ ਆਰਟੀਫੀਸ਼ੀਅਲ ਇੰਟੈਲੀਜੈਂਸ, ਬਾਇਓਮੈਟ੍ਰਿਕ ਵੈਰੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਕਰਾਸ ਏਜੰਸੀ ਡਾਟਾਬੇਸ ਚੈੱਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਧਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਪੁਰਾਣੇ ਰਿਕਾਰਡਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਗਲਤੀਆਂ ਜਾਂ ਫਰਾਡ ਲੱਭਣਾ ਆਸਾਨ ਹੋਵੇਗਾ।

ਇਸ ਕਰਕੇ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਪ੍ਰਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਰਿਕਾਰਡਜ਼, ਟੈਕਸ ਰਿਟਰਨਜ਼, ਅਡਰੈੱਸ ਹਿਸਟਰੀ ਅਤੇ ਪੁਰਾਣੇ ਡਾਕੂਮੈਂਟਸ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸੰਭਾਲ ਕੇ ਰੱਖਣ। ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਹੁਣ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਕਿਤੇ ਵੱਧ ਸਖ਼ਤ, ਤਕਨੀਕੀ ਅਤੇ ਜਾਂਚ-ਕੇਂਦਰਿਤ ਬਣਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਵਸੂਲੀ ਅਤੇ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਮਾਮਲਾ ਭਾਰਤੀ ਮੂਲ ਦੇ 2 ਨੌਜਵਾਨਾਂ 'ਤੇ ਦੋਸ਼ ਆਇਦ

ਕੈਲਗਰੀ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਕੈਲਗਰੀ 'ਚ ਦੱਖਣੀ ਏਸ਼ੀਆਈ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾ ਕੇ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਵਸੂਲੀ ਅਤੇ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਦੇ ਮਾਮਲੇ ਵਿਚ ਭਾਰਤੀ ਮੂਲ ਦੇ 2 ਨੌਜਵਾਨਾਂ 'ਤੇ ਦੋਸ਼ ਆਇਦ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਪੁਲਿਸ ਦੀ ਇਸ ਕਾਰਵਾਈ ਨੇ ਅੰਤਰ-ਸੂਬਾਈ ਅਪਰਾਧਿਕ ਨੈੱਟਵਰਕ ਦਾ ਪਰਦਾਫਾਸ਼ ਕੀਤਾ ਹੈ।ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਦੋਵੇਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਬੀਰ ਸਿੰਘ (21 ਸਾਲ) ਅਤੇ ਜਰਮਨਜੀਤ ਸਿੰਘ (22 ਸਾਲ) ਵਜੋਂ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਕਰਨਬੀਰ ਸਿੰਘ 'ਤੇ ਜਾਣਬੁੱਝ ਕੇ ਗੋਲੀ ਚਲਾਉਣ ਦਾ ਦੋਸ਼ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਇਸ ਸਮੇਂ ਪੁਲਿਸ ਹਿਰਾਸਤ ਵਿਚ ਹੈ। ਜਰਮਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਫਿਲਹਾਲ ਫਰਾਰ ਹੈ ਅਤੇ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਇਸ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰੀ ਵਾਰੰਟ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਹੈ।ਇਹ ਦੋਸ਼ ਉੱਤਰ-ਪੂਰਬੀ ਕੈਲਗਰੀ ਦੇ ਸੈਡਲਰਿਜ ਡਰਾਈਵ ਸਥਿਤ ਇੱਕੋ ਘਰ ਵਿਚ ਹੋਈਆਂ ਦੋ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹਨ। 22 ਫਰਵਰੀ ਨੂੰ ਦੋ ਸ਼ੱਕੀ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੇ ਇੱਕ ਗੱਡੀ ਵਿਚੋਂ ਘਰ 'ਤੇ ਕਈ ਰਾਊਂਡ ਫਾਇਰ ਕੀਤੇ ਅਤੇ ਫਰਾਰ ਹੋ ਗਏ। ਫਿਰ 4 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਉਸੇ ਘਰ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ, ਜਿੱਥੇ ਤਿੰਨ ਸ਼ੱਕੀਆਂ ਨੇ ਗੋਲੀਆਂ ਚਲਾਈਆਂ।ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 7 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਇੱਕ ਸ਼ੱਕੀ ਵਾਹਨ ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਜਾਂਚ ਵਿਚ ਅਹਿਮ ਸੁਰਾਗ ਮਿਲੇ। ਜਾਂਚ ਦੌਰਾਨ ਮਿਲੇ ਸਬੂਤਾਂ ਨੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵੱਡੇ 'ਜ਼ਬਰਦਸਤੀ ਵਸੂਲੀ' ਦੇ ਰੈਕੇਟ ਨਾਲ ਜੋੜ ਦਿੱਤਾ, ਜੋ ਦੱਖਣੀ ਏਸ਼ੀਆਈ ਕਾਰੋਬਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾ ਰਿਹਾ ਸੀ।ਕੈਲਗਰੀ ਪੁਲਿਸ (ਸੀ.ਪੀ.ਐੱਸ.) ਨੇ ਐਡਮੰਟਨ ਪੁਲਿਸ ਅਤੇ ਆਰ.ਸੀ.ਐੱਮ.ਪੀ. ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਦੋਸ਼ੀ ਨੂੰ ਐਡਮੰਟਨ ਤੋਂ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ।ਜੈਫ ਬੈਲ (ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਡਿਪਟੀ ਚੀਫ, ਕੈਲਗਰੀ ਪੁਲਿਸ) ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਕਾਰਵਾਈ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਪੁਲਿਸ ਸਹਿਯੋਗ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਸੰਦੇਸ਼ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ ਹਿੰਸਕ ਅਪਰਾਧਿਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਲਈ ਕੋਈ ਥਾਂ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਨਿਕੋਲ ਚੈਪਡਲੇਨ (ਡਿਪਟੀ ਚੀਫ, ਐਡਮੰਟਨ ਪੁਲਿਸ) ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਪਰਾਧਿਕ ਗਿਰੋਹ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਖੇਤਰ ਤੱਕ ਸੀਮਤ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਪੁਲਿਸ ਵੀ ਦੇਸ਼ ਭਰ ਵਿਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਇਨ੍ਹਾਂ ਗਿਰੋਹਾਂ ਨੂੰ ਨੱਥ ਪਾਈ ਜਾ ਸਕੇ।ਪੁਲਿਸ ਅਨੁਸਾਰ, ਇਹ ਮਾਮਲਾ ਇੱਕ ਵਿਆਪਕ ਸਾਜ਼ਿਸ਼ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਦੱਖਣੀ ਏਸ਼ੀਆਈ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਰਕਮ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਡਰਾਉਣ-ਧਮਕਾਉਣ ਲਈ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਭਰ ਦੀਆਂ ਪੁਲਿਸ ਏਜੰਸੀਆਂ ਅਜਿਹੇ ਗੁੰਡਾਗਰਦੀ ਦੇ ਨੈੱਟਵਰਕਾਂ ਨੂੰ ਤੋੜਨ ਲਈ ਹੁਣ ਵਧੇਰੇ ਸਰਗਰਮ ਹਨ।

ਆਗੈ ਸਮਝ ਚੱਲੋ ਨੰਦ ਲਾਲਾ, ਪਾਛੈ ਜੋ ਬੀਤੀ ਸੋ ਬੀਤੀ॥

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

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।

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
CUSTOMER SERVICE
For more information call
Boota Singh Basi +1 (209) 303-1260

ਅਮਰੀਕੀ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨਕਲੀ ਸਮਾਨ ਵੇਚਣ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਹੇਠ ਡਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਦੇ ਚੱਲ ਰਹੇ ਕੇਸ ਦੀ ਕਰੇਗੀ ਸੁਣਵਾਈ

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਅਮਰੀਕਾ ਦੀ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਬੁੱਧਵਾਰ ਨੂੰ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕੇਸ ਦੀ ਸੁਣਵਾਈ ਕਰੇਗੀ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਜੇ ਕੋਈ ਗ੍ਰੀਨ ਕਾਰਡ ਹੋਲਡਰ ਜੁਰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੀ ਉਸ ਨੂੰ ਅਮਰੀਕਾ ਤੋਂ ਕੱਢਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਇਹ ਕੇਸ ਮੁਕ ਚੋਈ ਲਾਊ ਨਾਮ ਦੇ ਚੀਨੀ ਨਾਗਰਿਕ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੈ, ਜੋ 2007 ਵਿਚ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਥਾਈ ਨਿਵਾਸੀ (ਗਰੀਨ ਕਾਰਡ ਹੋਲਡਰ) ਬਣੇ ਸਨ। 2012 ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਨਿਊ ਜਰਸੀ ਵਿਚ ਲਗਭਗ 300,000 ਡਾਲਰ ਦੇ ਨਕਲੀ ਕੱਪੜੇ ਵੇਚਣ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਲੱਗੇ ਸਨ। ਜਦੋਂ ਕੇਸ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਲਾਊ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਅਮਰੀਕਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਗਏ। ਵਾਪਸੀ ਸਮੇਂ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਆਫ ਹੋਮਲੈਂਡ ਸਕਿਓਰਿਟੀ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਮ ਗ੍ਰੀਨ ਕਾਰਡ ਹੋਲਡਰ ਦੀ ਥਾਂ Applicant for Admission ਮੰਨਿਆ ਅਤੇ ਡਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ। ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗ੍ਰੀਨ ਕਾਰਡ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਲਈ ਵਿਦੇਸ਼ ਜਾ ਕੇ ਵਾਪਸ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਪਰ ਜੇ ਕਿਸੇ ਉੱਤੇ ਧੋਖਾਧੜੀ ਜਾਂ ਨੈਤਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗਲਤ ਜੁਰਮ ਦਾ ਦੋਸ਼ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਕਾਨੂੰਨ ਵਿਚ ਕੁਝ ਛੋਟਾਂ ਹਨ। ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਲਾਊ ਨੇ ਨਕਲੀ ਸਮਾਨ ਵੇਚਣ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਕਬੂਲ ਕਰ ਲਏ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੋ ਸਾਲ ਪ੍ਰੋਬੇਸ਼ਨ ਮਿਲੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਨਿਕਾਲੇ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਵਿਚ ਲਿਆ। ਲਾਊ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਨਕਲੀ ਸਮਾਨ ਦਾ ਕੇਸ ਕੋਈ ਐਸਾ ਜੁਰਮ ਨਹੀਂ ਸੀ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਡਿਪੋਰਟ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਉਹ ਇਹ ਵੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗਲਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਨਵਾਂ ਦਾਖ਼ਲਾ ਲੈਣ ਵਾਲਾ ਮੰਨਿਆ ਗਿਆ।

ਹੁਣ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਜੁਰਮ ਦਾ ਸਬੂਤ ਉਸ ਵੇਲੇ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਸੀ, ਜਦੋਂ ਲਾਊ ਵਾਪਸ ਆਏ ਸਨ ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਰਿਮੂਵਲ ਕਾਰਵਾਈ ਦੌਰਾਨ ਵੀ ਇਹ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਹੱਕ ਵਿਚ ਗਿਆ, ਤਾਂ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਗ੍ਰੀਨ ਕਾਰਡ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਵਿਦੇਸ਼ ਯਾਤਰਾ ਤੋਂ ਵਾਪਸੀ ਸਮੇਂ ਹੋਰ ਸਖ਼ਤ ਜਾਂਚ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਅਮਰੀਕੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਡੋਨਾਲਡ ਟਰੰਪ ਲਈ ਨਵੇਂ ਸਰਵੇ ਚਿੰਤਾਜਨਕ ਦੂਜੇ ਕਾਰਜਕਾਲ ਦੌਰਾਨ ਡਿਸਅਪਰੂਵਲ ਰੇਟ 63 ਫੀਸਦੀ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਿਆ

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਅਮਰੀਕੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਡੋਨਾਲਡ ਟਰੰਪ ਲਈ ਨਵੇਂ ਸਰਵੇ ਵਿਚ ਚਿੰਤਾਜਨਕ ਨਤੀਜੇ ਸਾਹਮਣੇ ਆਏ ਹਨ। ਤਾਜ਼ਾ ਪੋਲ ਮੁਤਾਬਕ ਟਰੰਪ ਦੀ ਦੂਜੇ ਕਾਰਜਕਾਲ ਦੌਰਾਨ ਡਿਸਅਪਰੂਵਲ ਰੇਟ 63 ਫੀਸਦੀ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਗਈ ਹੈ, ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦੂਜੇ ਕਾਰਜਕਾਲ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਨੀਵਾਂ ਅੰਕੜਾ ਮੰਨਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਸਰਵੇ ਅਨੁਸਾਰ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਅਮਰੀਕੀ ਵੋਟਰ ਮਹਿੰਗਾਈ, ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਖਰਚਿਆਂ ਵਿਚ ਵਾਧਾ, ਘਰਾਂ ਦੀਆਂ ਕੀਮਤਾਂ, ਬਿਆਜ ਦਰਾਂ ਅਤੇ ਵੈਸਟ ਏਸ਼ੀਆ ਵਿਚ ਵਧਦੇ ਤਣਾਅ ਕਾਰਨ ਨਾਰਾਜ਼ ਹਨ। ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਰਾਨ ਨਾਲ ਵਧ ਰਹੀ ਤਣਾਅਪੂਰਨ ਸਥਿਤੀ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਚਿੰਤਾ ਵਧਾ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਵੋਟਰਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਗੈਸ, ਰਾਸ਼ਨ, ਬੀਮਾ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਖਰਚੇ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਗਏ ਹਨ। ਮੱਧ ਵਰਗ ਅਤੇ ਮਜ਼ਦੂਰ ਵਰਗ ਦੇ ਲੋਕਾਂ 'ਤੇ ਇਸਦਾ ਸਿੱਧਾ ਅਸਰ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਕਈ ਲੋਕ ਮੰਨਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਘਰੇਲੂ ਆਰਥਿਕ ਮਸਲਿਆਂ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇਰਾਨ ਨਾਲ ਜੰਗੀ ਤਣਾਅ ਜਾਂ ਸੰਭਾਵਿਤ ਟਕਰਾਅ ਦੀਆਂ ਖ਼ਬਰਾਂ ਨੇ ਵੀ ਵੋਟਰਾਂ ਨੂੰ ਚਿੰਤਤ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਅਮਰੀਕੀ ਲੋਕ ਡਰ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ ਜੇ ਹਾਲਾਤ ਖਰਾਬ ਹੋਏ ਤਾਂ ਫਿਊਲ ਦੀਆਂ ਕੀਮਤਾਂ ਹੋਰ ਵੱਧ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਇੱਕ ਹੋਰ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਸੰਕਟ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਮਾਹਿਰਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਜੇ ਇਹ ਰੁਝਾਨ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮਿਡਟਰਮ ਚੋਣਾਂ ਵਿਚ ਰਿਪਬਲਿਕਨ ਪਾਰਟੀ ਲਈ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਖੜ੍ਹੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਵਿਰੋਧੀ ਡੈਮੋਕ੍ਰੇਟਿਕ ਪਾਰਟੀ ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਨੂੰ ਵੱਡਾ ਚੋਣ ਮੁੱਦਾ ਬਣਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਭਾਰਤੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿਚ ਵੀ ਇਹ ਚਰਚਾ ਚੱਲ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਅਮਰੀਕਾ ਦੀ ਆਰਥਿਕ ਨੀਤੀ, ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਮਸਲੇ ਅਤੇ ਵਿਦੇਸ਼ ਨੀਤੀ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਕਿਵੇਂ ਬਦਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਮਹਿੰਗਾਈ ਅਤੇ ਜੰਗੀ ਹਾਲਾਤ ਕੰਟਰੋਲ ਨਾ ਹੋਏ, ਤਾਂ ਟਰੰਪ ਸਰਕਾਰ ਲਈ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਮਹੀਨੇ ਕਾਫ਼ੀ ਚੁਣੌਤੀਪੂਰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੰਗੀ ਹਾਲਾਤਾਂ ਦੌਰਾਨ 11 ਲੱਖ ਤੋਂ ਵੱਧ ਯਾਤਰੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਭਾਰਤ ਵਾਪਸ ਪੁੱਜੇ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਵੈਸਟ ਏਸ਼ੀਆ ਵਿਚ ਚੱਲ ਰਹੇ ਤਣਾਅ ਅਤੇ ਜੰਗੀ ਹਾਲਾਤਾਂ ਦੇ ਦੌਰਾਨ 11 ਲੱਖ ਤੋਂ ਵੱਧ ਯਾਤਰੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਭਾਰਤ ਵਾਪਸ ਆਏ ਹਨ। ਇਹ ਅੰਕੜਾ ਉਸ ਸਮੇਂ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਮੱਧ-ਪੂਰਬ ਦੇ ਕਈ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਹਵਾਈ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਈਆਂ, ਹਵਾਈ ਅੱਡਿਆਂ 'ਤੇ ਚੌਕਸੀ ਵਧਾਈ ਗਈ ਅਤੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਨਾਗਰਿਕ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ ਵਾਪਸੀ ਲਈ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ, ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰਾਲੇ ਅਤੇ ਏਅਰਲਾਈਨ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੇ ਮਿਲ ਕੇ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਰਾਹਤ ਅਤੇ ਵਾਪਸੀ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤੇ। ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਯੂਨਾਈਟਿਡ ਅਰਬ ਅਮੀਰਾਤ, ਸਾਊਦੀ ਅਰਬ, ਕਤਰ, ਕੁਵੈਤ, ਓਮਾਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਖਾੜੀ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਭਾਰਤੀ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੇ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਵਾਪਸੀ ਕੀਤੀ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਯਾਤਰੀਆਂ ਵਿਚ ਕਈ ਪੰਜਾਬੀ, ਦੱਖਣੀ ਭਾਰਤੀ ਮਜ਼ਦੂਰ, ਨੌਕਰੀਪੇਸ਼ਾ ਲੋਕ, ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਜੋ ਜੰਗੀ ਮਾਹੌਲ, ਰਾਕੇਟ ਹਮਲਿਆਂ ਦੇ ਖਤਰੇ, ਉਡਾਣਾਂ ਵਿਚ ਦੇਰੀ ਅਤੇ ਅਣਨਿਸ਼ਚਿਤ ਹਾਲਾਤਾਂ ਕਾਰਨ ਘਬਰਾਏ ਹੋਏ ਸਨ। ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਬੁੱਕ ਟਿਕਟਾਂ ਬਦਲੀਆਂ, ਜਦਕਿ ਕਈਆਂ ਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਉਡਾਣਾਂ ਰਾਹੀਂ ਵਾਪਸ ਲਿਆਂਦਾ ਗਿਆ। ਏਅਰ ਇੰਡੀਆ, ਇੰਡੀਗੋ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਈ ਏਅਰਲਾਈਨਾਂ ਨੇ ਵਾਧੂ ਫਲਾਈਟਾਂ ਚਲਾਈਆਂ। ਕਈ ਰੂਟਾਂ 'ਤੇ ਕਿਰਾਏ ਵੀ ਵਧੇ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪਿਆ। ਫਿਰ ਵੀ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਦਿੱਤੀ ਅਤੇ ਜਲਦੀ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਦੇਸ਼ ਵਾਪਸੀ ਕੀਤੀ। ਮਾਹਿਰਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਵੈਸਟ ਏਸ਼ੀਆ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਲੱਖਾਂ ਭਾਰਤੀਆਂ ਲਈ ਇਹ ਹਾਲਾਤ ਚਿੰਤਾ ਵਾਲੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਉੱਥੇ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਭਾਰਤੀ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਟਕਰਾਅ ਲੰਮਾ ਚੱਲਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਹੋਰ ਲੋਕ ਵੀ ਵਾਪਸੀ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਆਪਣੇ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸਥਾਨਕ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਰਹਿਣ, ਗੈਰਜ਼ਰੂਰੀ ਯਾਤਰਾ ਤੋਂ ਬਚਣ ਅਤੇ ਭਾਰਤੀ ਦੂਤਾਵਾਸਾਂ ਨਾਲ ਰਜਿਸਟਰ ਰਹਿਣ। ਇਸ ਵੱਡੀ ਵਾਪਸੀ ਨਾਲ ਇੱਕ ਵਾਰ ਫਿਰ ਸਾਬਤ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਟਕਰਾਅ ਦਾ ਸਿੱਧਾ ਅਸਰ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਭਾਰਤੀਆਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ 'ਤੇ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਅਮਰੀਕੀ ਇਤਿਹਾਸ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਰਿਫੰਡ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਲੱਗੀ ਅਮਰੀਕੀ ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਟਰੰਪ ਵੱਲੋਂ ਲਗਾਏ ਗਏ ਟੈਰਿਫ ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਗੈਰ-ਸੰਵਿਧਾਨਕ

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਡੋਨਾਲਡ ਟਰੰਪ ਵੱਲੋਂ ਲਗਾਏ ਗਏ ਟੈਰਿਫ (ਟੈਕਸ) ਨੂੰ ਅਮਰੀਕੀ ਅਦਾਲਤ ਵੱਲੋਂ ਗੈਰ-ਸੰਵਿਧਾਨਕ ਕਰਾਰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਅਮਰੀਕੀ ਇਤਿਹਾਸ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਰਿਫੰਡ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਇਸ ਫੈਸਲੇ ਨਾਲ ਅਮਰੀਕੀ ਸਰਕਾਰ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੂੰ 166 ਅਰਬ ਡਾਲਰ (ਲਗਭਗ 13.8 ਲੱਖ ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ) ਅਤੇ ਉਸ 'ਤੇ ਬਣਦਾ ਵਿਆਜ ਵਾਪਸ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਡੋਨਾਲਡ ਟਰੰਪ ਨੇ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਅਪ੍ਰੈਲ ਵਿਚ ਕਈ ਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਾਮਾਨ 'ਤੇ ਭਾਰੀ ਟੈਰਿਫ ਲਗਾ ਦਿੱਤੇ ਸਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਇਸ ਸਾਲ 20 ਫਰਵਰੀ ਨੂੰ ਅਮਰੀਕੀ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਟੈਰਿਫ ਤੈਅ ਕਰਨ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਸਿਰਫ ਅਮਰੀਕੀ ਸੰਸਦ (ਕਾਂਗਰਸ) ਕੋਲ ਹੈ, ਨਾ ਕਿ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਕੋਲ। ਯੂ.ਐੱਸ. ਕਸਟਮਜ਼ ਐਂਡ ਬਾਰਡਰ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ (ਸੀ.ਬੀ.ਪੀ.) ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪੋਰਟਲ ਸਿਸਟਮ ਲਾਂਚ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ 'ਕੰਸੋਲੀਡੇਟਿਡ ਐਡਮਿਨਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਐਂਡ ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ ਆਫ ਐਂਟਰੀਜ਼' ਦਾ ਨਾਂ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਉਹ 3,30,000 ਆਯਾਤਕ (ਇੰਪੋਰਟਰ) ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ 53 ਮਿਲੀਅਨ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸ਼ਿਪਮੈਂਟਾਂ 'ਤੇ ਵਾਧੂ ਟੈਕਸ ਭਰਿਆ ਸੀ, ਇਸ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅਰਜ਼ੀ ਨੂੰ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 60 ਤੋਂ 90 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰਿਫੰਡ ਜਾਰੀ ਹੋਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਹੈ। ਜਿੱਥੇ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੂੰ ਅਰਬਾਂ ਡਾਲਰ ਵਾਪਸ ਮਿਲ ਰਹੇ ਹਨ, ਉੱਥੇ ਹੀ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਇਸ ਘਟਨਾਕ੍ਰਮ ਨੇ ਭਾਰਤ ਵਰਗੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਚਿੰਤਾ ਵਧਾ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਮਾਹਰਾਂ ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਟੈਰਿਫ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਵਿਚ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਬਦਲਾਅ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਪਾਰਕ ਸਬੰਧਾਂ 'ਤੇ ਵੱਡਾ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਚਾਲੀ ਫੀਸਦੀ ਭਾਰਤੀ ਅਮਰੀਕਾ ਛੱਡ ਕੇ ਭਾਰਤ ਵਾਪਸ ਪਰਤਣ ਦੀ ਕਰ ਰਹੇ ਤਿਆਰੀ?

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਅਮਰੀਕੀ ਸੁਪਨਾ ਦੇਖ ਕੇ ਸੱਤ ਸਮੁੰਦਰ ਪਾਰ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਭਾਰਤੀਆਂ ਦਾ ਹੁਣ ਅਮਰੀਕਾ ਤੋਂ ਮੋਹ ਭੰਗ ਹੁੰਦਾ ਨਜ਼ਰ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ। 'ਕਾਰਨੇਗੀ ਐਂਡੋਮੈਂਟ ਫਾਰ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਪੀਸ' ਦੇ ਸਾਲ 2026 ਦੇ ਇੱਕ ਤਾਜ਼ਾ ਸਰਵੇਖਣ ਨੇ ਪੂਰੀ ਦੁਨੀਆਂ ਨੂੰ ਹੈਰਾਨ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਅਨੁਸਾਰ 10 ਵਿਚੋਂ 4 ਭਾਰਤੀ-ਅਮਰੀਕੀ (ਲਗਭਗ 40%) ਹੁਣ ਅਮਰੀਕਾ ਛੱਡਣ ਬਾਰੇ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਸਰਵੇਖਣ ਮੁਤਾਬਕ ਅਮਰੀਕਾ ਛੱਡਣ ਦੀ ਸੋਚ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ 58% ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਕਾਰਨ ਉੱਥੋਂ ਦੇ 'ਸਿਆਸੀ ਮਾਹੌਲ' ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਹੈ। ਡੋਨਾਲਡ ਟਰੰਪ ਦੇ ਦੂਜੇ ਕਾਰਜਕਾਲ ਦੌਰਾਨ ਵਧੇ ਧਰੁਵੀਕਰਨ ਅਤੇ ਭੇਦਭਾਵ ਨੇ ਭਾਰਤੀਆਂ ਵਿਚ ਬੇਚੈਨੀ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਲਗਭਗ 71% ਭਾਰਤੀ-ਅਮਰੀਕੀ ਮੌਜੂਦਾ ਕੰਮਕਾਜ ਤੋਂ ਅਸੰਤੁਸ਼ਟ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਮਾਜਿਕ ਸਾਂਝ ਵਿਚ ਕਮੀ ਆਈ ਹੈ। ਭਾਰਤੀਆਂ ਦੇ ਮੋਹ ਭੰਗ ਹੋਣ ਦਾ ਇੱਕ ਹੋਰ ਮੁੱਖ ਕਾਰਨ ਅਮਰੀਕਾ ਦਾ 'ਟੁੱਟਿਆ ਹੋਇਆ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸਿਸਟਮ' ਹੈ। ਰਿਪੋਰਟ ਅਨੁਸਾਰ, ਭਾਰਤੀ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਲਈ ਗ੍ਰੀਨ ਕਾਰਡ ਦਾ ਇੰਤਜ਼ਾਰ ਹੁਣ 30 ਤੋਂ 70 ਸਾਲ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ ਹੈ। ਐੱਚ-1ਬੀ ਵੀਜ਼ਾ ਦੀ ਅਨਿਸ਼ਚਿਤਤਾ ਕਾਰਨ ਲੱਖਾਂ ਭਾਰਤੀ ਪਰਿਵਾਰ ਉੱਥੇ ਖ਼ੁਦ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ 'ਸੈਟਲ' ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰ ਪਾ ਰਹੇ। ਅਮਰੀਕਾ ਹੁਣ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਂਗ ਸਸਤਾ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ। ਵਧਦੀ ਮਹਿੰਗਾਈ, ਹੈਲਥਕੇਅਰ ਦੇ ਮੋਟੇ ਬਿੱਲ ਅਤੇ ਘਰਾਂ ਦੇ ਵਧਦੇ ਕਿਰਾਏ ਨੇ ਭਾਰਤੀਆਂ ਦਾ ਬਜਟ ਵਿਗਾੜ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਅੰਕੜਿਆਂ ਮੁਤਾਬਕ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਨੂੰ 18 ਸਾਲ ਤੱਕ ਪਾਲਣ ਦਾ ਖਰਚਾ ਲਗਭਗ 2.5 ਕਰੋੜ ਰੁਪਏ (301,970 ਡਾਲਰ) ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਗਿਆ ਹੈ। ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ, ਭਾਰਤ ਦੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਵਧ ਰਹੀ ਆਰਥਿਕਤਾ ਅਤੇ ਬੈਂਗਲੁਰੂ, ਹੈਦਰਾਬਾਦ ਤੇ ਗੁੜਗਾਓਂ ਵਰਗੇ ਟੈਕ ਹੱਬ ਭਾਰਤੀਆਂ ਨੂੰ ਵਾਪਸ ਖਿੱਚ ਰਹੇ ਹਨ।

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

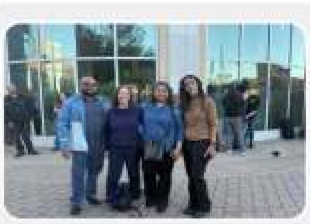
ਕਾਂਗਰਸ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਗਲੇ ਮੈਂਬਰ ਵਜੋਂ
ਰਾਖੀ ਇਸ ਲਈ ਲੜੇਗੀ :

- 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

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

CAPITAL SERVICES

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

ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ, ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ

AUTO · HOME · TRUCK · BUSINESS · LIFE · MEDICAL

ਪਾਸਪੋਰਟ / ਵੀਜ਼ਾ

* 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

ਗੁਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨਾਗੀ ਸਰਬਸੰਮਤੀ ਨਾਲ 14ਵੀਂ ਵਾਰ ਬਣੇ ਮਾਝਾ ਪ੍ਰੈਸ ਕਲੱਬ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ

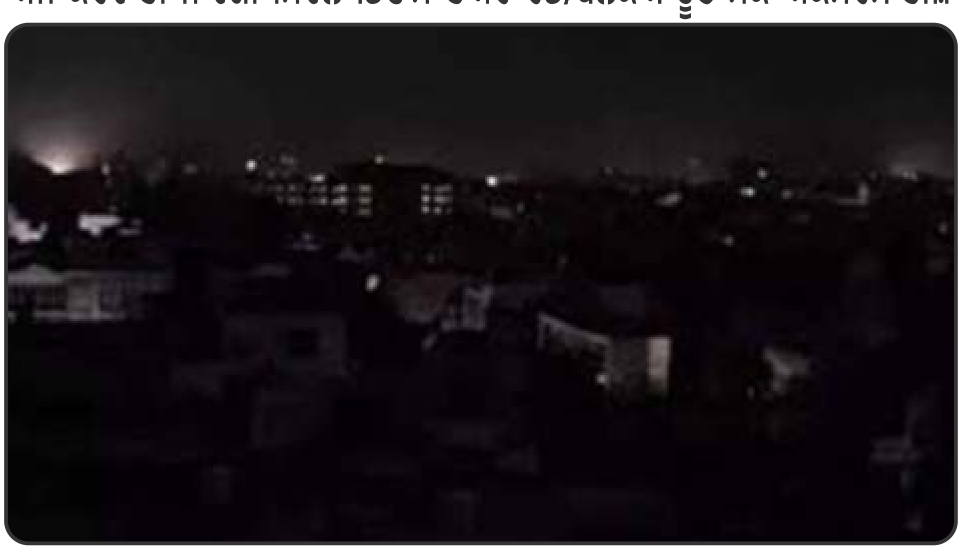
ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਂਗਟ ਨੂੰ ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ ਤੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਥਾਪਿਆ

ਜੰਡਿਆਲਾ ਗੁਰੂ
ਸ਼ੁਕਰਗੁਜ਼ਾਰ ਸਿੰਘ

ਮਾਝਾ ਪ੍ਰੈਸ ਕਲੱਬ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ (ਰਜਿ:) ਦੀ ਅਹਿਮ ਮੀਟਿੰਗ ਕਲੱਬ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਗੁਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨਾਗੀ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਹੇਠ ਜੰਡਿਆਲਾ ਗੁਰੂ ਵਿਖੇ ਹੋਈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕਲੱਬ ਦੀ ਇਸ ਵਰ੍ਹੇ ਦੀ ਚੋਣ ਸਮੇਤ ਸਾਲ ਭਰ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਅਦਾਰਿਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਸਮੂਹ ਪੱਤਰਕਾਰ ਸਾਥੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਪਿਛਲੇ ਢਾਈ ਦਹਾਕਿਆਂ ਤੋਂ ਪੱਤਰਕਾਰੀ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਿਭਾਉਣ ਦੇ ਨਾਲ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਮਾਝਾ ਪ੍ਰੈੱਸ ਕਲੱਬ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਕਰ ਰਹੇ ਗੁਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨਾਗੀ ਨੂੰ 14ਵੀਂ ਵਾਰ ਸਰਬਸੰਮਤੀ ਨਾਲ ਕਲੱਬ ਦਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਚੁਣ ਲਿਆ ਗਿਆ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਂਗਟ ਨੂੰ ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਸਰਪ੍ਰਸਤ, ਗੁਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਰਾਏ ਨੂੰ ਸਕੱਤਰ, ਹਰੀਸ਼ ਕੱਕੜ ਤੇ ਸਿਮਰਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਬੇਦੀ ਨੂੰ ਮੀਤ ਪ੍ਰਧਾਨ, ਸਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਲਹੌਰੀਆ ਤੇ ਸੁਖਦੇਵ ਸਿੰਘ ਬੱਬੂ ਨੂੰ ਖਜ਼ਾਨਚੀ, ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਭੁੱਲਰ ਨੂੰ ਸੀਨੀਅਰ ਮੀਤ ਪ੍ਰਧਾਨ, ਸ਼ੁਕਰਗੁਜ਼ਾਰ ਸਿੰਘ ਐਡਵੋਕੇਟ ਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹਕਾਰ, ਪਰਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਮਲਕ ਤੇ ਪ੍ਰਗਟ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਪ੍ਰਚਾਰ ਸਕੱਤਰ, ਸੁਖਚੈਨ ਸਿੰਘ ਤੇ ਸਤਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਅਠਵਾਲ ਨੂੰ ਪ੍ਰੈਸ ਸਕੱਤਰ, ਸਤਪਾਲ ਵਿਨਾਇਕ ਤੇ ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਖਹਿਰਾ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਸਲਾਹਕਾਰ ਨਿਯੁਕਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਡਾਕਟਰ ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ ਨੰਡਾ ਤੇ ਗੁਰਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਹੈਪੀ ਨੂੰ ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਮੈਂਬਰ ਨਿਯੁਕਤ ਕੀਤਾ।ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਪ੍ਰਧਾਨ ਗੁਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨਾਗੀ ਨੇ ਸਮੂਹ ਸਾਥੀਆਂ ਦਾ ਤਹਿ ਦਿਲੋਂ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਮਾਝਾ ਪ੍ਰੈੱਸ ਕਲੱਬ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਅਤੇ ਪੱਤਰਕਾਰ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਭਲੇ ਹਿੱਤ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਤੱਤਪਰ ਰਹਿਣਗੇ।ਪ੍ਰਧਾਨ ਗੁਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨਾਗੀ ਨੇ ਕਲੱਬ ਦੇ ਸਮੂਹ ਸਾਥੀਆਂ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਕਲੱਬ ਦੀਆਂ ਪਿਛਲੇ ਵਰ੍ਹੇ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਬਾਰੇ ਚਾਨਣਾ ਪਾਇਆ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਮੂਹ ਸਾਥੀਆਂ ਦੇ ਉੱਦਮ ਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਸਮਾਜ ਭਲਾਈ ਦੇ ਕਾਰਜ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਦਾ ਭਰੋਸਾ ਦੁਆਇਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਪੱਤਰਕਾਰ ਸਾਥੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਨਾਗੀ ਜੀ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

ਪੰਜਾਬ 'ਚ ਅੱਜ ਰਾਤ ਨੂੰ ਹੋਵੇਗਾ ਬਲੈਕਆਊਟ

ਅੱਜ ਕਰਵਾਈ ਜਾਵੇਗੀ ਸਿਵਲ ਡਿਫੈਂਸ ਏਅਰ ਰੇਡ/ਬਲੈਕਆਊਟ ਮੌਕ ਐਕਸਰਸਾਈਜ਼



ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ
ਧੈਰਿਆ ਮਹਿਰਾ

ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਸਿਵਲ ਡਿਫੈਂਸ ਸਬੰਧੀ ਤਿਆਰੀ ਦੀ ਅਜ਼ਮਾਇਸ਼ ਕਰਨ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਨਾਲ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਇਹ 24 ਅਪ੍ਰੈਲ, 2026 ਨੂੰ ਸ਼ਾਮ 8 ਵਜੇ ਸਿਵਲ ਡਿਫੈਂਸ ਏਅਰ ਰੇਡ, ਬਲੈਕਆਉਟ ਮੌਕ ਐਕਸਰਸਾਈਜ਼ ਕਰਵਾਈ ਜਾਵੇਗੀ। ਇਹ ਐਕਸਰਸਾਈਜ਼ , ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਗ੍ਰਹਿ ਮੰਤਰਾਲੇ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸੂਬੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕਰਵਾਈ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।ਇਹ ਮੌਕ ਐਕਸਰਸਾਈਜ਼ ਇੱਕ ਏਅਰ ਰੇਡ ਚੇਤਾਵਨੀ ਸਿਗਨਲ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਵੇਗੀ, ਜਿਸ ਦੌਰਾਨ ਦੋ ਮਿੰਟ ਦੀ ਮਿਆਦ ਲਈ ਹਾਈ-ਲੋਅ ਪਿੱਚ ਸਾਇਰਨ ਵਜਾਏ ਜਾਣਗੇ। ਇਸ ਅਭਿਆਸ ਦੌਰਾਨ ਸਬੰਧਤ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ-ਕਮ-ਕੰਟਰੋਲਰ, ਸਿਵਲ ਡਿਫੈਂਸ ਵੱਲੋਂ ਪਛਾਣੇ ਗਏ ਖਾਸ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸਿਮੂਲੇਟਿਡ ਬਲੈਕਆਉਟ ਲਾਗੂ ਕੀਤਾ 'ਜਾਵੇਗਾ। ਇਹਨਾਂ ਪਛਾਣੇ ਗਏ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਲੈਕਆਉਟ ਪੀਰੀਅਡ ਦੌਰਾਨ ਸਾਰੀਆਂ ਗੈਰ-ਜ਼ਰੂਰੀ ਲਾਈਟਾਂ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦੀ ਹਦਾਇਤ ਹੋਵੇਗੀ। ਜਦਕਿ ਡ੍ਰਿਲ ਦੌਰਾਨ ਸਾਰੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਰਹਿਣਗੀਆਂ। ਇਹ ਐਕਸਰਸਾਈਜ਼ ਇੱਕ ''ਆਲ ਕਲੀਅਰ'' ਸਿਗਨਲ ਨਾਲ ਸਮਾਪਤ ਹੋਵੇਗੀ, ਜਿਸ ਤਹਿਤ ਹਾਈ-ਪਿਚ ਸਾਇਰਨ ਲਗਾਤਾਰ ਦੋ ਮਿੰਟ ਲਈ ਵਜਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ, ਜੋ ਐਕਸਰਸਾਈਜ਼ ਦੀ ਰਸਮੀ ਸਮਾਪਤੀ ਨੂੰ ਦਰਸਾਏਗਾ। ਇਸ ਮੌਕ ਅਭਿਆਸ ਦੌਰਾਨ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਕਾਰਜਾਂ ਜਿਵੇਂ ਫਾਇਰ ਰਿਸਪਾਂਸ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ, ਖੋਜ ਅਤੇ ਬਚਾਅ ਕਾਰਜ, ਫਸਟ-ਏਡ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ, ਜ਼ਖਮੀ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੱਢਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਅਤੇ ਭੀੜ ਕੰਟਰੋਲ ਉਪਾਅ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ,ਰਾਹੀਂ ਫੀਲਡ ਤਾਲਮੇਲ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।ਸੂਬਾ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਘਬਰਾਉਣ ਦੀ ਬਿਲਕੁਲ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਇੱਕ ਰੁਟੀਨ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਤਮਕ ਅਭਿਆਸ ਹੈ, ਜੋ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਸਿਵਲ ਡਿਫੈਂਸ ਤਿਆਰੀ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਰੱਬਾ ਇੰਨ੍ਹੇ ਜੋਗਾ ਕਰਦੇ ਕਿ ਲੋਕ ਕਹਿਣ ਇੰਨ੍ਹੇ ਜੋਗਾ ਕਿੱਥੇ ਸੀ...

ਧੋਖਾਧੜੀ ਦੇ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਪੰਜਾਬੀ ਨੌਜਵਾਨ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਤੋਂ ਠੱਗਦਾ ਸੀ ਲੱਖਾਂ ਰੁਪਏ

ਟੋਰਾਂਟੋ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਟੋਰਾਂਟੋ ਤੋਂ ਧੋਖਾਧੜੀ ਦਾ ਇਕ ਹੈਰਾਨੀਜਨਕ ਮਾਮਲਾ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਹੈ। ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਡਰਾ-ਧਮਕਾ ਕੇ ਕੰਸਟ੍ਰਕਸ਼ਨ ਦੇ ਨਾਂ 'ਤੇ ਪੈਸੇ ਠੱਗਣ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਮੂਲ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨ ਅਰਸ਼ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਅਰਸ਼ਦੀਪ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੁੱਟਦਾ ਸੀ। ਪੁਲਿਸ ਜਾਂਚ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਮੁਲਜ਼ਮ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਘਰਾਂ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਉਂਦੇ ਸਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਬਜ਼ੁਰਗ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।ਉਹ 'ਸਿਟੀ ਆਫ਼ ਟੋਰਾਂਟੋ' ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀ ਬਣ ਕੇ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦੇ ਅਤੇ ਇਮਾਰਤ ਦਾ ਸਰਵੇਖਣ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਘਰਾਂ ਦੀ ਤੁਰੰਤ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਕਹਿੰਦੇ। ਜਿਹੜੇ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰਵਾਉਣ ਤੋਂ ਨਾਂਹ-ਨੁੱਕਰ ਕਰਦੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨੀ ਕਾਰਵਾਈ ਦੇ ਨਾਂ 'ਤੇ ਧਮਕਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਮੁਲਜ਼ਮ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ 2024 ਤੋਂ ਲਗਾਤਾਰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਅੰਜਾਮ ਦੇ ਰਹੇ ਹਨ। ਮੁਲਜ਼ਮ ਅਰਸ਼ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਦੇ ਗੈਂਗ ਦੀਆਂ ਕਰਤੂਤਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਉਦੋਂ ਲੱਗਿਆ ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਬਜ਼ੁਰਗ ਨੇ ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਸਬੰਧੀ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਿੱਤੀ।ਟੋਰਾਂਟੋ ਪੁਲਿਸ ਅਨੁਸਾਰ, ਮੁਲਜ਼ਮ ਅਰਸ਼ਦੀਪ ਸਿੰਘ 2024 ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਗੈਂਗ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਘਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਇਆ। ਉਸ ਘਰ ਵਿੱਚ ਦੋ ਬਜ਼ੁਰਗ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ। ਅਰਸ਼ਦੀਪ ਦੇ ਨਾਲ ਉਸ ਦੇ ਸਾਥੀ ਵੀ ਸਨ। ਖੁਦ ਨੂੰ 'ਸਿਟੀ ਆਫ਼ ਟੋਰਾਂਟੋ' ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਨੂੰ ਠੇਕੇਦਾਰ ਦੱਸ ਕੇ ਅਧਿਕਾਰੀ (ਅਰਸ਼ਦੀਪ) ਨੇ ਕਾਰਵਾਈ ਦਾ ਡਰ ਦਿਖਾਇਆ ਅਤੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਲਦੀ ਮੁਰੰਮਤ ਕਰਵਾਓ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਕਾਰਵਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਅਰਸ਼ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਦੇ ਨਾਲ ਸਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੰਟਰੈਕਟਰ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੁਰੰਮਤ ਦਾ ਠੇਕਾ ਦੇਣ ਦੀ ਗੱਲ ਕਹੀ ਗਈ। ਕਾਰਵਾਈ ਦਾ ਇੰਨਾ ਡਰ ਦਿਖਾਇਆ ਗਿਆ ਕਿ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਤੋਂ ਉਸਾਰੀ ਦੇ ਨਾਂ 'ਤੇ ਐਡਵਾਂਸ ਪੈਸੇ ਲੈ ਲਏ ਗਏ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਪਤਾ ਲੱਗਿਆ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਆਏ ਸਨ ਉਹ ਫਰਜ਼ੀ ਸਨ ਅਤੇ ਮਕਾਨ ਨੂੰ ਅਜੇ ਮੁਰੰਮਤ ਦੀ ਕੋਈ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਸੀ।ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਜਾਂਚ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਅਰਸ਼ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰ ਲਿਆ। ਹੁਣ ਖੁਲਾਸਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਕਿ ਅਰਸ਼ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਗੈਂਗ ਨੇ ਕਈ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਨੂੰ ਲੁੱਟਿਆ ਹੈ। ਮੰਗਲਵਾਰ, 21 ਅਪ੍ਰੈਲ 2026 ਨੂੰ ਪੁਲਿਸ ਨੇ 23 ਸਾਲਾ ਅਰਸ਼ਦੀਪ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਬਰੈਂਪਟਨ ਤੋਂ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ। ਮੁਲਜ਼ਮ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਧੋਖਾਧੜੀ ਅਤੇ ਵਿੱਤੀ ਅਪਰਾਧਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਲੰਬੀ ਸੂਚੀ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਪੁਲਿਸ ਰਿਲੀਜ਼ ਅਨੁਸਾਰ ਮੁਲਜ਼ਮ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਧਾਰਾਵਾਂ ਤਹਿਤ ਕੇਸ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦੇਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਅਜਿਹੀ ਧੋਖਾਧੜੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨੰਬਰ ਵੀ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਜੰਗਲੀ ਅੱਗ ਨੇ ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਮਚਾਈ ਭਾਰੀ ਤਬਾਹੀ

ਜਾਰਜੀਆ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਦੱਖਣ-ਪੂਰਬੀ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਸਥਿਤ ਜਾਰਜੀਆ ਅਤੇ ਫਲੋਰੀਡਾ ਰਾਜਾਂ ਵਿਚ ਲੱਗੀ ਭਿਆਨਕ ਜੰਗਲੀ ਅੱਗ ਨੇ ਭਾਰੀ ਤਬਾਹੀ ਮਚਾਈ ਹੈ। ਤੇਜ਼ ਹਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸੋਕੇ ਕਾਰਨ ਭੜਕੀ ਇਸ ਅੱਗ ਕਾਰਨ ਜਾਰਜੀਆ ਵਿਚ 50 ਤੋਂ ਵੱਧ ਘਰ ਸੜ ਗਏ ਹਨ। ਸੈਂਕੜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਘਰ-ਬਾਰ ਛੱਡ ਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਹੋਣਾ ਪਿਆ ਹੈ।ਮੌਸਮ ਵਿਭਾਗ ਅਨੁਸਾਰ ਦੱਖਣ-ਪੂਰਬੀ ਜਾਰਜੀਆ ਵਿਚ ਸਤੰਬਰ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਹੁਣ ਤੱਕ ਸਿਰਫ਼ 11 ਇੰਚ (28 ਸੈਂਟੀਮੀਟਰ) ਬਾਰਿਸ਼ ਹੋਈ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਆਮ ਨਾਲੋਂ ਲਗਭਗ 15 ਇੰਚ ਘੱਟ ਹੈ। ਇਸ ਗੰਭੀਰ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ ਜਾਰਜੀਆ ਦੇ ਜੰਗਲਾਤ ਕਮਿਸ਼ਨ ਨੇ ਆਪਣੇ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿਚ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ 'ਬਰਨ ਬੈਨ' (ਅੱਗ ਬਾਲਣ 'ਤੇ ਪਾਬੰਦੀ) ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਅੱਗ ਇੰਨੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਫੈਲੀ ਕਿ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿਚ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦੇਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਵੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ।

ਬ੍ਰੈਂਟਲੀ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿਚ ਲੱਗੀ ਅੱਗ ਸਭ ਤੋਂ ਭਿਆਨਕ ਰੂਪ ਧਾਰਨ ਕਰ ਚੁੱਕੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੇ ਲਗਭਗ 1,000 ਘਰਾਂ ਨੂੰ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿਚ ਪਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਕਾਉਂਟੀ ਮੈਨੇਜਰ ਜੋਈ ਕੈਸਨ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ ਮਹਿਜ਼ ਅੱਧੇ ਦਿਨ ਵਿਚ ਅੱਗ 6 ਗੁਣਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਫੈਲ ਗਈ ਸੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸਥਿਤੀ ਅਜਿਹੀ ਸੀ ਕਿ ਜਦੋਂ ਲੋਕ ਭੱਜ ਰਹੇ ਸਨ, ਤਾਂ ਅੱਗ ਘਰ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਵਿਹੜੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਚੁੱਕੀ ਸੀ। ਧੂੰਏਂ ਦੇ ਵੱਡੇ ਗੁਬਾਰ ਨੇ ਪੂਰੇ ਇਲਾਕੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਲਪੇਟ ਵਿਚ ਲਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਰਾਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀ ਲਗਾਤਾਰ ਅੱਗ 'ਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।ਜਾਰਜੀਆ ਦੀਆਂ ਦੋ ਵੱਡੀਆਂ ਅੱਗਾਂ ਨੇ ਹੁਣ ਤੱਕ 33 ਵਰਗ ਮੀਲ (85 ਵਰਗ ਕਿਲੋਮੀਟਰ) ਤੋਂ ਵੱਧ ਇਲਾਕਾ ਆਪਣੀ ਲਪੇਟ ਵਿਚ ਲੈ ਲਿਆ ਹੈ। ਹੁਣ ਤੱਕ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜਾਨੀ ਨੁਕਸਾਨ ਜਾਂ ਗੰਭੀਰ ਸੱਟ ਦੀ ਕੋਈ ਖ਼ਬਰ ਨਹੀਂ ਹੈ।ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਅੱਗ 'ਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾਉਣ ਲਈ ਹੁਣ ਸਿਰਫ਼ ਮੀਂਹ ਦੀ ਹੀ ਉਮੀਦ ਬਾਕੀ ਹੈ।

ਅਮਰੀਕਾ ਵੱਲੋਂ ਈਰਾਨ 'ਚ ਮੌਜੂਦ ਆਪਣੇ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਦੇਸ਼ ਛੱਡਣ ਦੀ ਅਪੀਲ

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਅਮਰੀਕੀ ਸਟੇਟ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਨੇ ਈਰਾਨ ਵਿਚ ਮੌਜੂਦ ਆਪਣੇ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਦੇਸ਼ ਛੱਡਣ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਹੈ।ਇਹ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਈਰਾਨ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣਾ ਹਵਾਈ ਖੇਤਰ ਅੰਸ਼ਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੁਬਾਰਾ ਖੋਲ੍ਹਣ ਦੇ ਫੈਸਲੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਸਟੇਟ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਦੇ ਕੌਂਸਲਰ ਮਾਮਲਿਆਂ ਦੇ ਬਿਊਰੋ ਨੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਰਾਹੀਂ ਅਮਰੀਕੀ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੂੰ ਸਥਾਨਕ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਉਡਾਣਾਂ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਵਪਾਰਕ ਏਅਰਲਾਈਨਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਹੈ।ਸਰਕਾਰੀ ਹਦਾਇਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਅਮਰੀਕੀ ਨਾਗਰਿਕ ਹਵਾਈ ਰਸਤੇ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਅਰਮੀਨੀਆ, ਅਜ਼ਰਬਾਈਜਾਨ, ਤੁਰਕੀ ਅਤੇ ਤੁਰਕਮੇਨਿਸਤਾਨ ਰਾਹੀਂ ਜ਼ਮੀਨੀ ਰਸਤੇ ਰਾਹੀਂ ਵੀ ਈਰਾਨ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਅਮਰੀਕਾ ਨੇ ਆਪਣੇ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੂੰ ਅਫ਼ਗਾਨਿਸਤਾਨ, ਇਰਾਕ ਜਾਂ ਪਾਕਿਸਤਾਨ-ਈਰਾਨ ਸਰਹੱਦੀ ਖੇਤਰਾਂ ਵੱਲ ਯਾਤਰਾ ਕਰਨ ਵਿਰੁੱਧ ਸਖ਼ਤ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦਿੱਤੀ ਹੈ।ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ 28 ਫਰਵਰੀ ਨੂੰ ਅਮਰੀਕੀ ਅਤੇ ਇਜ਼ਰਾਈਲੀ ਹਮਲਿਆਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਈਰਾਨ ਨੇ ਆਪਣਾ ਹਵਾਈ ਖੇਤਰ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ। ਈਰਾਨ ਦੇ ਸਿਵਲ ਐਵੀਏਸ਼ਨ ਆਰਗੇਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਅਨੁਸਾਰ, ਦੇਸ਼ ਦੇ ਹਵਾਈ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਹੁਣ ਚਾਰ ਪੜਾਵਾਂ ਵਿਚ ਖੋਲ੍ਹਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਨੂੰ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਉਡਾਣਾਂ ਲਈ ਪੂਰਬੀ ਹਵਾਈ ਖੇਤਰ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਇਸ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਡੋਨਾਲਡ ਟਰੰਪ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਨੇ ਈਰਾਨ ਨਾਲ ਜੰਗਬੰਦੀ ਨੂੰ ਵਧਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਪਰ ਨਾਲ ਹੀ ਸਖ਼ਤ ਸਮੁੰਦਰੀ ਨਾਕਾਬੰਦੀ ਵੀ ਜਾਰੀ ਰੱਖੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਵ੍ਹਾਈਟ ਹਾਊਸ ਨੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਗੱਲਬਾਤ ਲਈ ਕੋਈ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਸਮਾਂ ਸੀਮਾ ਤੈਅ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਤੇਹਰਾਨ 'ਤੇ ਆਰਥਿਕ ਦਬਾਅ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਅਮਰੀਕੀ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਸੰਕੇਤ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਫਿਲਹਾਲ ਆਪਣੀ ਰਣਨੀਤੀ 'ਚ ਕੋਈ ਢਿੱਲ ਦੇਣ ਦੇ ਮੂਡ ਵਿਚ ਨਹੀਂ।

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 ਤੇ 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

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

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

ਫਸਲੀ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਨੂੰ ਹੁਲਾਰਾ ਦੇਣ ਲਈ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਬਣੇਗਾ ਬਾਸਮਤੀ ਦਾ 'ਸੈਂਟਰ ਆਫ਼ ਐਕਸੀਲੈਂਸ'- ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਦੇ ਸੁਹਿਰਦ ਯਤਨਾਂ ਸਦਕਾ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਬਾਸਮਤੀ ਲਈ ਆਹਲਾ ਦਰਜੇ ਦਾ ਕੇਂਦਰ (ਸੈਂਟਰ ਆਫ ਐਕਸੀਲੈਂਸ) ਬਣੇਗਾ ਜਿਸ ਨਾਲ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਫਸਲੀ ਵੰਨ-ਸੁਵੰਨਤਾ ਨੂੰ ਹੁਲਾਰਾ ਮਿਲੇਗਾ ਅਤੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਭਵਿੱਖ ਨੂੰ ਸੰਵਾਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਈ ਹੋਵੇਗਾ। ਨੀਦਰਲੈਂਡ ਦੇ ਦੌਰੇ ਦੌਰਾਨ ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਸੂਬੇ ਦੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਲਾਭ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਲਈ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਤੇ ਉਦਯੋਗ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਅਭਿਆਸਾਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕੀਤੀ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਅਨਾਜ ਉਤਪਾਦਨ ਵਿੱਚ ਆਤਮਨਿਰਭਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਈ । ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਦੇਸ਼ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਸੂਬੇ ਦੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੇ ਉਪਜਾਊ ਜ਼ਮੀਨ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬੇਸ਼ਕੀਮਤੀ ਕੁਦਰਤੀ ਸਰੋਤਾਂ ਦੀ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਕਣਕ-ਝੋਨੇ ਦੇ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣਾ ਸਮੇਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਫਸਲੀ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਨੂੰ ਵੱਡਾ ਹੁਲਾਰਾ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਨੇਕ ਕਾਰਜ ਵਿੱਚ ਨੀਦਰਲੈਂਡ, ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਬਹੁਤ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਰੋਟਰਡੈਮ ਵਿੱਚ ਐਲਟੀ ਫੂਡਜ਼ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਦਾ ਦੌਰਾ ਕੀਤਾ ਜਿੱਥੇ ਕੰਪਨੀ ਨੇ 80 ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਅਤੇ ਇੱਕ ਲੱਖ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨਾਲ ਮਜ਼ਬੂਤ ਸਬੰਧਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਟਿਕਾਊ ਖੇਤੀ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮਾਪਦੰਡਾਂ 'ਤੇ ਖਰਾ ਉਤਰਨ ਲਈ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਘਟਾਉਣਾ ਅਤੇ ਕੌਮਾਂਤਰੀ ਬਾਜ਼ਾਰ ਵਿੱਚ ਬਾਸਮਤੀ ਚੌਲਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਦੇ ਯਤਨਾਂ ਸਦਕਾ ਐਲਟੀ ਫੂਡਜ਼ ਨੇ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਬਾਸਮਤੀ ਚੌਲਾਂ ਲਈ ਸੈਂਟਰ ਆਫ਼ ਐਕਸੀਲੈਂਸ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਹਾਮੀ ਭਰੀ ਅਤੇ ਯਕੀਨਨ ਖਰੀਦ ਤੇ ਕੀਟਨਾਸ਼ਕਾਂ ਦੀ ਘੱਟ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਕਾਸ਼ਤ ਦਾ ਭਰੋਸਾ ਦਿੱਤਾ।ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਖੋਜ ਤੇ ਟਿਕਾਊ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਅਭਿਆਸਾਂ ਲਈ ਡੱਚ ਬਹੁ-ਕੌਮੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ (ਪੀ.ਏ.ਯੂ.) ਦਰਮਿਆਨ ਸਹਿਯੋਗ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਦੀ ਵਕਾਲਤ ਕੀਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਅਫ਼ਸੋਸ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤਾ ਕਿ ਅੱਜ ਘਟਦੇ ਮੁਨਾਫ਼ੇ ਦੇ ਨਾਲ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਹੁਣ ਲਾਭਦਾਇਕ ਧੰਦਾ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ ਜਿਸ ਕਾਰਨ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਗੁਜ਼ਾਰੇ ਲਈ ਕਈ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਫਸਲਾਂ ਲਈ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਦੀ ਉਤਪਾਦਨ ਸਮਰੱਥਾ ਦਾ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਲੋੜੋਂ ਵੱਧ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾ ਚੁੱਕਾ ਹੈ।ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਉਮੀਦ ਪ੍ਰਗਟਾਈ ਕਿ ਇਹ ਕੇਂਦਰ ਅਸਲ ਖੇਤੀ ਆਮਦਨ ਵਧਾਉਣ ਅਤੇ ਬਾਸਮਤੀ ਉਤਪਾਦਨ ਨੂੰ ਵਧਾ ਕੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸਰੋਤਾਂ 'ਤੇ ਲੋੜੋਂ ਵੱਧ ਸ਼ੋਸ਼ਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਉਤਪ੍ਰੇਰਕ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਲਸਮੀਰ ਵਿਖੇ ਫਲੋਰੀਕਲਚਰ ਆਕਸ਼ਨ ਮਾਰਕੀਟ ਦਾ ਵੀ ਦੌਰਾ ਕੀਤਾ, ਜੋ ਕਿ ਦੁਨੀਆ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਫੁੱਲ ਅਤੇ ਪੌਦਾ ਬਾਜ਼ਾਰ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਜਾਣਿਆ ਕਿ ਡੱਚ ਨਿਲਾਮੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਉਤਪਾਦਨ, ਲੌਜਿਸਟਿਕਸ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵਵਿਆਪੀ ਵੰਡ ਦੀ ਉੱਚ ਏਕੀਕ੍ਰਿਤ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦਾ ਹੈ। ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਨੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ-ਮੁੱਲ ਲੜੀ ਅਤੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੀ ਆਮਦਨ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਡਲ ਅਪਨਾਉਣ ਦੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਇਰਾਦੇ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤਾ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸੂਬੇ ਦੇ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਲਾਭ ਹੋਵੇਗਾ।ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰ-ਜਨਰਲ ਸਮੇਤ ਸੀਨੀਅਰ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਿੱਚ ਨੀਦਰਲੈਂਡ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ, ਮੱਛੀ ਪਾਲਣ, ਖੁਰਾਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤ ਬਾਰੇ ਮੰਤਰਾਲੇ ਨਾਲ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਮੀਟਿੰਗ ਵੀ ਕੀਤੀ। ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਵਿੱਚ ਮਜ਼ਬੂਤ ਤੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਚੱਲੀ ਆ ਰਹੀ ਭਾਰਤ-ਨੀਦਰਲੈਂਡ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਦਿਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਕੁਸ਼ਲ ਵਰਤੋਂ ਅਧਾਰਿਤ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਅਤੇ ਫਸਲੀ ਵਿਭਿੰਨਤਾ, ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਅਤੇ ਸਹੀ ਖੇਤੀ ਢੰਗ-ਤਰੀਕਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਉਤਪਾਦਕਤਾ ਵਧਾਉਣ ਅਤੇ ਟਿਕਾਊ ਤੇ ਪੁਨਰ-ਉਤਪਾਦਨਸ਼ੀਲ ਖੇਤੀ ਅਭਿਆਸਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਡੱਚ ਮੁਹਾਰਤ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ।

ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਨੇ ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ, ਨੀਦਰਲੈਂਡ ਦੀਆਂ ਉੱਨਤ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਨੂੰ ਅਪਣਾਉਣ ਲਈ ਉਤਸੁਕ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਆਟੋਮੇਸ਼ਨ, ਏ.ਆਈ., ਡਰੋਨ, ਅਤੇ ਅੰਕੜਾ-ਅਧਾਰਿਤ ਫਸਲ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਗ੍ਰੀਨਹਾਊਸ ਖੇਤੀ ਵਿੱਚ ਨਵੀਨਤਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਿਵੇਂ ਅਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਗ੍ਰੀਨਹਾਊਸ ਖੇਤੀ, ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਊਰਜਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਿੱਚ ਕੁਸ਼ਲਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਇਹ ਉੱਚ-ਮੁੱਲ ਵਾਲੀਆਂ ਫਸਲਾਂ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਅਨੁਕੂਲ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪੰਜਾਬ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ (ਪੀ.ਏ.ਯੂ.) ਅਤੇ ਵੈਗਨਿੰਗਨ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਐਂਡ ਰਿਸਰਚ (ਡਬਲਯੂ.ਯੂ.ਆਰ.) ਵਰਗੀਆਂ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਡੱਚ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦਰਮਿਆਨ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਲਾਗੂ ਖੋਜ, ਨਵੀਨਤਾ ਅਤੇ ਗਿਆਨ ਦੇ ਆਦਾਨ-ਪ੍ਰਦਾਨ ਵਿੱਚ ਸੰਭਾਵੀ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਦਾ ਪ੍ਰਸਤਾਵ ਰੱਖਿਆ। ਵੀ.ਐਨ.ਓ.-ਐਨ.ਸੀ.ਡਬਲਯੂ. (ਕਨਫੈਡਰੇਸ਼ਨ ਆਫ ਨੀਦਰਲੈਂਡਜ਼ ਇੰਡਸਟਰੀ ਐਂਡ ਇੰਪਲਾਇਰਜ਼) ਦੀ ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੌਰਾਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਡੱਚ ਕੰਪਨੀਆਂ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਦਰਮਿਆਨ ਨਿਰੰਤਰ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਨੂੰ ਸੁਵਿਧਾਜਨਕ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਢਾਂਚਾਗਤ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਕਾਇਮ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ। ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਮਲ ਵਿੱਚ ਆ ਰਹੇ ਭਾਰਤ-ਈ.ਯੂ. ਮੁਕਤ ਵਪਾਰ ਸਮਝੌਤੇ (ਐਫਟੀਏ) ਤੋਂ ਵਪਾਰ ਅਤੇ ਨਿਵੇਸ਼ ਲਈ ਨਵੇਂ ਮੌਕੇ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਅਤੇ ਨੀਦਰਲੈਂਡ ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ ਆਈ.ਟੀ./ਆਈ.ਟੀ.ਈ.ਐਸ., ਡੇਅਰੀ, ਫੂਡ ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ ਅਤੇ ਆਲੂ ਉਤਪਾਦਨ ਸਮੇਤ ਖੇਤੀਬਾੜੀ-ਮੁੱਲ ਲੜੀ ਵਰਗੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਦੁਵੱਲਾ ਲਾਭ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਡੱਚ ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਜਲਦ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਖੇਤੀਬਾੜੀ-ਤਕਨੀਕੀ ਤੇ ਉਦਯੋਗ ਪਲੇਟਫਾਰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਦਾ ਸੱਦਾ ਦਿੱਤਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸੀ.ਆਈ.ਆਈ. ਨਾਲ ਜੁੜਨਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਪਸੰਦੀਦਾ ਨਿਵੇਸ਼ ਸਥਾਨ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪ੍ਰਗਤੀਸ਼ੀਲ ਨੀਤੀ ਢਾਂਚੇ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਦਯੋਗਿਕ ਅਤੇ ਵਪਾਰ ਵਿਕਾਸ ਨੀਤੀ-2026 ਅਤੇ ਫਾਸਟਟ੍ਰੈਕ ਪੰਜਾਬ ਪੋਰਟਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਵੀ ਭਾਈਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾਇਆ, ਜੋ ਸਮਾਂਬੱਧ ਅਤੇ ਪਾਰਦਰਸ਼ੀ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀਆਂ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਨੇ ਤਕਨਾਲੋਜੀ-ਅਧਾਰਤ, ਟਿਕਾਊ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਏਕੀਕ੍ਰਿਤ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਤੇ ਉਦਯੋਗਿਕ ਆਰਥਿਕਤਾ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਪ੍ਰਤੀ ਸੂਬਾ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਵਚਨਬੱਧਤਾ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਇਆ।

ਸੰਗਰੂਰ ਪੁਲਿਸ ਵੱਲੋਂ ਯੁੱਧ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਤਹਿਤ ਸਬ ਡਵੀਜਨ ਭਵਾਨੀਗੜ 'ਚ 08 ਅਪ੍ਰੈਲ ਤੋਂ 41 ਦੋਸ਼ੀ ਕਾਬੂ- ਐਸ.ਐਸ.ਪੀ

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਸੰਗਰੂਰ ਦੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪੁਲਿਸ ਮੁਖੀ ਸਰਤਾਜ ਸਿੰਘ ਚਾਹਲ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਹੈ ਕਿ ਸਬ ਡਵੀਜਨ ਭਵਾਨੀਗੜ ਦੀ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਯੁੱਧ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਤਹਿਤ ਚਲਾਈ ਮੁਹਿੰਮ ਦੌਰਾਨ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਦੇ ਹੋਏ 08 ਅਪ੍ਰੈਲ 2026 ਤੋਂ ਅੱਜ ਤੱਕ ਕੁੱਲ 41 ਦੋਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਵੱਖ ਵੱਖ ਮੁਕੱਦਮਿਆਂ ਵਿੱਚ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਪੁਲਿਸ ਦੀ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਦੱਸਦਿਆਂ ਐਸ ਐਸ ਪੀ ਸਰਤਾਜ ਸਿੰਘ ਚਾਹਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਡੀ ਐਸ ਪੀ ਰਾਹੁਲ ਕੌਸ਼ਲ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਹੇਠ ਥਾਣਾ ਭਵਾਨੀਗੜ ਦੇ ਏਰੀਆ ਵਿੱਚ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਕਰਕੇ ਨਸ਼ਾ ਛੱਡਣ ਦਾ ਮਨ ਬਣਾ ਚੁੱਕੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਆਦੀ 12 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਸਲਾਹ ਨਾਲ ਨਸ਼ਾ ਛੁਡਾਉ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਲਿਜਾ ਕੇ ਨਸ਼ਾ ਛੱਡਣ ਦੀ ਦਵਾਈ ਦਿਵਾਈ ਹੈ।

ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪੁਲਿਸ ਮੁਖੀ ਨੇ ਅੱਗੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਥਾਣਾ ਭਵਾਨੀਗੜ੍ਹ ਦੇ ਏਰੀਆ ਵਿੱਚ ਹੋਏ ਅੰਨ੍ਹੇ ਕਤਲ ਨੂੰ ਟਰੇਸ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਡਕੈਤੀ/ਚੋਰੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਗਿਰੋਹੀ ਦਾ ਪਰਦਾਫਾਸ਼ ਕਰਕੇ 07 ਦੋਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਪਾਸੋਂ ਵਾਰਦਾਤ ਸਮੇਂ ਵਰਤਿਆ ਕੈਂਟਰ ਮਾਰਕਾ ਭਾਰਤ ਵੈਨਜ਼, ਮੋਟਰਸਾਇਕਲ ਮਾਰਕਾ ਸਪਲੈਂਡਰ ਚੋਰੀ ਕੀਤੇ ਗਏ 04 ਪਾਇਪ ਲੋਹਾ, 01 ਡੰਡਾ ਅਤੇ ਮ੍ਰਿਤਕ ਦਾ ਮੋਬਾਇਲ ਫੋਨ ਬ੍ਰਾਮਦ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ।

ਐਨ.ਡੀ.ਪੀ.ਐਸ.ਐਕਟ ਤਹਿਤ ਦਰਜ ਕਰਕੇ 05 ਦੋਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਜਿਹਨਾ ਪਾਸੋਂ 05 ਨਸ਼ੀਲੇ ਟੀਕੇ ਬ੍ਰਾਮਦ ਕਰਵਾਏ ਹੋਏ। ਥਾਣਾ ਭਵਾਨੀਗੜ੍ਹ ਨੇ ਇਸ ਦੌਰਾਨ 01 ਮੁਕਦਮਾ ਆਬਕਾਰੀ ਐਕਟ ਤਹਿਤ ਦਰਜ ਕਰਕੇ 01 ਦੋਸ਼ੀ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕੀਤਾ, ਜਿਸ ਪਾਸੋਂ ਸਰਾਬ (ਹਰਿਆਣਾ) ਬ੍ਰਾਮਦ ਕਰਵਾਈ ਗਈ।

ਸਰਤਾਜ ਸਿੰਘ ਚਾਹਲ ਨੇ ਹੋਰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਭਵਾਨੀਗੜ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਸੱਕੀ ਪੁਰਸ਼ਾਂ ਦੀ ਚੈਕਿੰਗ ਦੌਰਾਨ 124 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਚੈੱਕ ਕਰਨ ਉਪਰੰਤ ਜੇਰ ਧਾਰਾ 172 ਬੀਐਨਐਸਐਸ ਤਹਿਤ ਕਾਰਵਾਈ ਅਮਲ ਵਿੱਚ ਲਿਆਂਦੀ ਗਈ। ਦਿਨ ਅਤੇ ਰਾਤ ਸਮੇਂ ਗਸ਼ਤ ਦੌਰਾਨ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਦੇ ਨਿਯਮਾ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ 155 ਵਹੀਕਲਾਂ ਦੇ ਚਲਾਣ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਦੁੱਖ ਤਕਲੀਫਾਂ ਸੁਨਣ ਉਪਰੰਤ 54 ਦਰਖਾਸਤਾਂ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਟਰੈਫਿਕ ਨਿਯਮਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾਉਣ, ਨਸ਼ੇ ਦੇ ਬੁਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾਉਣ ਸਬੰਧੀ ਉਪ ਕਪਤਾਨ ਪੁਲਿਸ ਭਵਾਨੀਗੜ੍ਹ ਰਾਹੁਲ ਕੌਸ਼ਲ ਅਤੇ ਮੁੱਖ ਅਫਸਰ ਥਾਣਾ ਭਵਾਨੀਗੜ੍ਹ ਵੱਲੋਂ ਜਾਗਰੂਕ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਵੀ ਲਗਾਤਾਰ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।ਐਸ ਐਸ ਪੀ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਨਸ਼ਾ ਵਿਰੋਧੀ ਮੁਹਿੰਮ ਵਿੱਚ ਸਹਿਯੋਗ ਦੇਣ ਸਬੰਧੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਤੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਥਾਣਾ ਭਵਾਨੀਗੜ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਪਿੰਡ ਡਿਫੈਂਸ ਕਮੇਟੀਆਂ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਰਾਹੀਂ ਪਬਲਿਕ ਮਿਲਣੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਪੰਚਾਇਤਾਂ, ਸਪੋਰਟਸ ਕਲੱਬਾਂ, ਮੋਹਤਬਰਾਂ ਨਾਲ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਕਰਕੇ ਆਮ ਪਬਲਿਕ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਜਾਗਰੂਕ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਨਸ਼ੇ ਦਾ ਧੰਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਮੱਗਲਰਾਂ ਸਬੰਧੀ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਇਤਲਾਹ ਦੇਣ ਲਈ ਪਬਲਿਕ ਨੂੰ ਜਾਗਰੂਕ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਤਾਂ ਜੋ ਨਸ਼ੇ ਦੇ ਇਸ ਕੋਹੜ ਨੂੰ ਜੜ ਤੋਂ ਖਤਮ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦਿਵਾਇਆ ਕਿ ਨਸ਼ੇ ਦਾ ਧੰਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਤੇ ਮਾੜੇ ਅਨਸਰਾਂ ਖਿਲਾਫ਼ ਸੰਗਰੂਰ ਪੁਲਿਸ ਵੱਲੋਂ ਸਖ਼ਤ ਕਾਰਵਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

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

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

100% CUSTOMER SATISFACTION GUARANTEED

SINGH SOLAR EST. 2025

ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਬਿੱਲ ਤੋਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਛੁਟਕਾਰਾ

ਸਿਰ.ਫ ਇਕ ਕਾਲ - ਵੱਡੀ ਬੱਚਤ

510-706-1300

singhsolarusa@gmail.com

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

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

SANJHI SOCH
ਬਰਜਿੰਦਰ ਕੌਰ ਬਿਸਰਾਓ
99889-01324

ਬੱਚਿਆਂ 'ਤੇ ਵੱਧ ਅੰਕ ਲੈਣ ਦਾ ਦਬਾਅ ਕਿਉਂ?

ਅੱਜ ਕੱਲ੍ਹ ਸਕੂਲੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਬੋਰਡ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰੀਖਿਆਵਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਆ ਰਹੇ ਹਨ। ਮੀਡੀਆ ਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅੰਕ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਾਲ਼ਿਆਂ ਜਾਂ ਸਕੂਲ, ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਜਾਂ ਸਟੇਟ ਪੱਧਰ ਤੇ ਪਹਿਲੇ ਦੋ ਤਿੰਨ ਸਥਾਨ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨ ਵਾਲ਼ੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਫੋਟੋਆਂ, ਮਾਪਿਆਂ ਦੀਆਂ ਫੋਟੋਆਂ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਜਾਂ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਇੰਟਰਵਿਊ ਲਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਸਭ ਤਾਂ ਸੁਭਾਵਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਹੋਣਾ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ, ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਗੌਰਵਮਈ ਮੌਕਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਿਹਨਤ ਦਾ ਮੁੱਲ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਉਸ ਗੌਰਵਮਈ ਮੌਕੇ ਤੇ ਮਿਹਨਤੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨ ਸਨਮਾਨ ਦੇਣਾ ਸਾਡਾ ਕਰਤੱਵ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹੀ ਬੱਚੇ ਅੱਗੇ ਜਾ ਕੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਤਿਭਾ ਦੇ ਜੌਹਰ ਵਿਖਾਉਣ ਤੇ ਇੱਕ ਪ੍ਰਤਿਭਾਸ਼ਾਲੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਬਣ ਕੇ ਉਭਰਨ ਤੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਇੱਕ ਚੰਗੇ ਭਵਿੱਖ ਨਿਰਮਾਤਾ ਬਣਨ। ਜਿੱਥੇ ਅਸੀਂ ਇਹੋ ਜਿਹੀਆਂ ਖੁਸ਼ਖ਼ਬਰੀ ਦੀਆਂ ਝਲਕੀਆਂ ਵੇਖਦੇ ਹਾਂ ਉੱਥੇ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਕੀ ਮੰਦਭਾਗੀ ਖ਼ਬਰਾਂ ਵੀ ਸੁਣਨ ਨੂੰ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਬੱਚੇ ਘੱਟ ਅੰਕ ਆਉਣ ਤੇ ਘਾਤਕ ਕਦਮ ਉਠਾ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅੰਕ ਲੈਣ ਲਈ ਦਬਾਅ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਹਾਰ ਮੰਨਣਾ ,ਇਸ ਦੇ ਕਈ ਕਾਰਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਸਾਡੀ ਸਮਾਜਿਕ ਸਥਿਤੀ ਇਹੋ ਜਿਹੀ ਹੈ ਕਿ ਇੱਕ ਜਮਾਤ ਦੇ ਤੀਹ ਜਾਂ ਚਾਲ਼ੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਮਾਪੇ ਸਾਰੇ ਆਪਣੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਵੱਧ ਅੰਕ ਲੈਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਦੇ ਘੱਟ ਹਨ ਤੇ ਦਬਾਅ ਵੱਧ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਹੀ ਸੋਚ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਮਾਪਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਅਧਿਆਪਕਾਂ 'ਤੇ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਮਾਪਿਆਂ ਤੇ ਦੂਸ਼ਣਬਾਜ਼ੀ ਕਰਨਾ ਆਮ ਜਿਹੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਇਸੇ ਦੌਰਾਨ ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਤੇ ਚੰਗਾ ਨਤੀਜਾ ਦੇਣ ਦਾ ਦਬਾਅ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਕੂਲ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਦੇ ਉੱਤੇ ਆਪਣੀ ਸੰਸਥਾ ਨੂੰ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦੀਆਂ ਬਾਕੀ ਸਭ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵਧੀਆ ਸਾਬਤ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹਰ ਕਿਸੇ ਦਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵਧੀਆ ਸਾਬਤ ਕਰਨ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਇਹ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਉੱਪਰ ਦਬਾਅ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅੰਕ ਹਾਸਲ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਮਾਪਿਆਂ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ, ਸਕੂਲ ਦਾ ਨਾਂ ਰੌਸ਼ਨ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਪਰ ਇਸੇ ਦਬਾਅ ਦੇ ਚੱਲਦਿਆਂ ਉਪਰੋਕਤ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸ਼ਾਖ਼ ਵੱਲੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਥਿਤੀ ਨਹੀਂ ਸਮਝੀ ਜਾਂਦੀ।

ਕਹਿਣ ਨੂੰ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਵਿੱਦਿਆ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਲਿਆਂਦੀ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਕ੍ਰਾਂਤੀ ਵਿੱਚ ਸੱਤ ਅੱਠ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ਼ ਤਕਨੀਕੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਜੋੜ ਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਦਾ ਆਰਥਿਕ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਬੋਝ ਵਧਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਉਹ ਸੱਤ ਅੱਠ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਚੰਗੇ ਅੰਕ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਾਲ਼ਾ ਕੰਮ ਉਹੀ ਪੁਰਾਣੀ ਵਿੱਦਿਆ ਨੀਤੀ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਉੱਥੇ ਦਾ ਉੱਥੇ ਹੀ ਖੜ੍ਹਾ ਹੈ।

ਅੱਜ ਦੀਆਂ ਵਿੱਦਿਅਕ ਨੀਤੀਆਂ ਸਿੱਖਿਆ ਉੱਪਰ ਭਾਰੂ ਹੋਣ ਲੱਗ ਪਈਆਂ ਹਨ। ਜਦ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਦੌਰ ਤੋਂ ਹੀ ਸਰਬਪੱਖੀ ਵਿਕਾਸ ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਅਤੇ ਦਿਲਚਸਪੀ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕਾਰਜਸ਼ੈਲੀ ਦੀ ਪਰਖ਼ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਾਠਕ੍ਰਮਾਂ ਨੂੰ ਤਕਨੀਕ ਨਾਲ ਜੋੜ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਕੌਸ਼ਲ ਵਿਕਾਸ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਸਧਾਰਨ ਬੌਧਿਕ ਪੱਧਰ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਉੱਤੇ ਸਾਰੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਅੰਕ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਂ ਬਾਕੀ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ਼ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦੇਣ ਦੀ ਬਿਜਾਏ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹੁਨਰ ਅਧਾਰਿਤ ਕਾਰਜਸ਼ੈਲੀ ਨਾਲ਼ ਜੋੜ ਕੇ ਸਿੱਖਿਅਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਇੱਕ ਸਮਾਂ ਇਹੋ ਜਿਹਾ ਸੀ ਜਦ ਸੱਠ ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਅੰਕ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਹੋਣਹਾਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਅੱਜ 95-96 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਅੰਕ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਾਪੇ ਵੀ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ। ਅੱਜ ਦੇ ਮਾਪੇ ਜਾਂ ਖ਼ੁਦ ਬੱਚੇ ਆਪਣਾ ਰਿਜ਼ਲਟ ਦੇਖਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਦੇ ਅੰਕ ਵੇਖਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਅੱਧੇ ਨੰਬਰ ਕਾਰਨ ਪਿੱਛੇ ਰਹਿ ਜਾਣ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਹੇਠੀ ਸਮਝਦੇ ਹਨ। ਐਨੀ ਅਸੰਤੁਸ਼ਟਤਾ ਹੀ ਬੱਚਿਆਂ ਉੱਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਦਬਾਅ ਬਣਾ ਰਹੀ ਹੈ।

ਜਦ ਕਿ ਉਸ ਸਮੇਂ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਬਹੁਤ ਸੁਹਿਰਦ ਰਵੱਈਏ ਨਾਲ਼ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚੇ ਅੰਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਉੱਤੇ ਭਾਰੂ ਨਾ ਹੋਣ ਦੇਣ। ਉਹਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵੱਧ ਜਾਂ ਘੱਟ ਅੰਕ ਲੈਣ ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦੇਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਭਵਿੱਖ ਦੀਆਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਨਾਲ਼ ਜੋੜ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਅੰਦਰ ਅਸਮੰਜਸਤਾ ਨਾ ਪੈਦਾ ਹੋਵੇ। ਬੱਚਿਆਂ ਉੱਪਰ ਇੱਕ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਟੀਚਾ ਦੇ ਕੇ ਦਬਾਅ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।

ਅੱਜ ਦੇ ਦੌਰ ਵਿੱਚ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਰੀਰਕ, ਬੌਧਿਕ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਪਹਿਲੂਆਂ ਨੂੰ ਨਿਖਾਰਨ ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਹੁਨਰਮੰਦ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰ ਦੇ ਕਾਬਲ ਬਣਾਉਣ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਿਅਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਪੜ੍ਹਾਈ ਨੂੰ ਬੋਝ ਨਾ ਸਮਝਣ। ਮਾਪਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਮਹਿੰਗੇ ਮਹਿੰਗੇ ਉਪਕਰਨ ਦੇ ਕੇ ਜਾਂ ਮਹਿੰਗੀਆਂ ਟਿਊਸ਼ਨਾਂ ਤੇ ਲਾਉਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਆਚਰਨ, ਸਮਾਜਿਕ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ, ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਅਤੇ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਸਿਖਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵਿਗਿਆਨਕ ਅਤੇ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੋਚ ਪੈਦਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਪ੍ਰਗਤੀਸ਼ੀਲ ਸੋਚ ਦੇ ਧਾਰਨੀ ਬਣ ਕੇ ਸਹੀ ਅਤੇ ਗਲਤ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰ ਸਮਝ ਸਕਣ ਨਾ ਕਿ ਸਿਰਫ਼"ਅੰਕਾਂ" ਦੇ ਮਾਪਦੰਡ ਤੱਕ ਸੀਮਤ ਰਹਿ ਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੋਚ ਨੂੰ ਸੌੜੀ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ। ਮੁੱਕਦੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਸਿੱਖਿਆ ਸਿਰਫ਼ ਕਿਤਾਬੀ ਗਿਆਨ ਦੇ ਅਧਾਰਿਤ ਅੰਕਾਂ ਤੱਕ ਸੀਮਤ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਜੀਵਨ ਜਿਊਣ ਦੀ ਕਲਾ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਪੂਰਨਤਾ ਵੱਲ ਲਿਜਾਣ ਦਾ ਸਾਧਨ ਬਣਨਾ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

Arrested ?
DUI ?
Drug Charges ?
Gun Violation ?
Ghuman Law Group
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

MANI GREWAL

STANISLAUS COUNTY | DISTRICT 4

SUPERVISOR

ਸਤ ਸ਼੍ਰੀ 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 ਸ਼੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਜੀ

JK TYRE INC
JKTYRE
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

ਆਟੋਇਮੀਊਨ ਬਿਮਾਰੀਆਂ (ਜਦੋਂ ਸਰੀਰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਦੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)

ਆਟੋਇਮੀਊਨ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਸਿਹਤ ਚੁਣੌਤੀ ਵਜੋਂ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਸਧਾਰਣ ਥਕਾਵਟ ਅਤੇ ਤੇਜ਼ ਜੋੜ ਦਰਦ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਗੰਭੀਰ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਤੱਕ, ਇਹ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਜੀਵਨ ਗੁਣਵੱਤਾ ‘ਤੇ ਗਹਿਰਾ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਆਟੋਇਮੀਊਨ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਕੀ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ?

ਆਟੋਇਮੀਊਨ ਬਿਮਾਰੀ ਉਸ ਸਮੇਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਸਰੀਰ ਦਾ ਰੋਗ-ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਤੰਤਰ (ਇਮੀਊਨ ਸਿਸਟਮ), ਜੋ ਆਮ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਅਤੇ ਵਾਇਰਸ ਵਰਗੇ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਜੀਵਾਂ ਤੋਂ ਸਰੀਰ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਗਲਤੀ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਹੀ ਸਿਹਤਮੰਦ ਕੋਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂਜ਼ ‘ਤੇ ਹਮਲਾ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਸਿਹਤਮੰਦ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਇਮੀਊਨ ਸਿਸਟਮ ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਬੇਗਾਨੇ ਵਿੱਚ ਫਰਕ ਪਛਾਣ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਆਟੋਇਮੀਊਨ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸਮਝ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਹਰ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਖ਼ਤਰੇ ਵਿੱਚ ਸਮਝਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਆਮ ਉਦਾਹਰਨਾਂ:

ਰਿਊਮਾਟਾਇਡ ਆਰਥਰਾਈਟਿਸ- ਜੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਟਾਈਪ 1 ਡਾਇਬਟੀਜ਼- ਇੰਸੂਲਿਨ ਉਤਪਾਦਨ ‘ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਂਦੀ ਹੈ।

ਲੂਪਸ- ਕਈ ਅੰਗਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਮਲਟੀਪਲ ਸਕਲੇਰੋਸਿਸ- ਦਿਮਾਗ ਅਤੇ ਰੀੜ੍ਹ ਦੀ ਹੱਡੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਆਟੋਇਮੀਊਨ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਕਾਰਣ

ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਸਹੀ ਕਾਰਣ ਅਜੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਿਆ ਨਹੀਂ ਗਿਆ, ਪਰ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਇਹ ਕਈ ਕਾਰਕਾਂ ਦੇ ਮਿਲੇ-ਜੁਲੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ:

ਜੈਨੇਟਿਕ ਰੁਝਾਨ:

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਜਨਮ ਤੋਂ ਹੀ ਐਸੀ ਜੀਨਸ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਆਟੋਇਮੀਊਨ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਵਧਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।

ਵਾਤਾਵਰਣਕ ਕਾਰਕ:

ਸੰਕਰਮਣ, ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ, ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਪਦਾਰਥ ਜਾਂ ਕੁਝ ਦਵਾਈਆਂ ਇਮੀਊਨ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਗਲਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਹਾਰਮੋਨਲ ਪ੍ਰਭਾਵ:

ਇਹ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਵਰਗੇ ਹਾਰਮੋਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਕਾਰਕ:

ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਤਣਾਅ, ਗਲਤ ਖੁਰਾਕ, ਨੀਂਦ ਦੀ ਕਮੀ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੈਠਕ ਵਾਲੀ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਇਮੀਊਨ ਸੰਤੁਲਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਜੀਵਨ ਗੁਣਵੱਤਾ ‘ਤੇ ਅਸਰ

ਆਟੋਇਮੀਊਨ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਅਕਸਰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਹਲਕੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

ਲਗਾਤਾਰ ਥਕਾਵਟ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀ, ਦਰਦ ਅਤੇ ਸੋਜ਼ਿਸ਼,

ਚਲਣ-ਫਿਰਣ ਵਿੱਚ ਦਿੱਕਤ ਜਾਂ ਅਸਮਰੱਥਤਾ, ਮਾਨਸਿਕ ਤਣਾਅ, ਚਿੰਤਾ,ਡਰ ਅਤੇ ਬੇਚੈਨੀ।

ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਇਲਾਜ਼ ਦੀ ਲੋੜ

ਕਈ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਵੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਤਪਾਦਕਤਾ ਘੱਟ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਗੰਭੀਰ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਅੰਗਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਪੋਸ਼ਣ ਦੀ ਕਮੀ ਆਟੋਇਮੀਊਨ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਇਹ ਵਿਸ਼ਾ ਅਜੇ ਵੀ ਖ਼ੋਜ ਅਧੀਨ ਹੈ। ਪੋਸ਼ਕ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਕਮੀ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਣ ਨਹੀਂ ਬਣਦੀ, ਪਰ ਇਹ ਖ਼ਤਰਾ ਵੱਧਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮੁੱਖ ਪੋਸ਼ਕ ਤੱਤ:

ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ- ਇਮੀਊਨ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਸੰਤੁਲਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਵਿਟਾਮਿਨ ਬੀ12- ਨਾੜੀ ਤੰਤਰ ਅਤੇ ਖ਼ੂਨ ਦੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਲੋਹਾ- ਆਕਸੀਜ਼ਨ ਦੀ ਆਵਾਜਾਈ ਲਈ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਜ਼ਿੰਕ- ਇਮੀਊਨ ਫੰਕਸ਼ਨ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਓਮੇਗਾ-3 ਫੈਟੀ ਐਸਿਡ- ਸੋਜ਼ਿਸ਼ ਘਟਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਕੀ ਕੁਦਰਤੀ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਇਲਾਜ ਸੰਭਵ ਹੈ?

ਇਸ ਸਮੇਂ ਕੋਈ ਪੂਰਾ ਕੁਦਰਤੀ ਇਲਾਜ਼ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਕੁਝ ਕੁਦਰਤੀ ਤਰੀਕੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟਾਉਣ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਗੁਣਵੱਤਾ ਸੁਧਾਰਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ:

ਸੰਤੁਲਿਤ ਖੁਰਾਕ:

ਤਾਜ਼ੇ ਫਲ, ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਅਨਾਜ, ਸੁੱਕੇ ਫਲ ਅਤੇ ਹਲਦੀ, ਅਦਰਕ ਵਰਗੇ ਸੋਜਿਸ਼-ਰੋਧਕ ਖਾਦ ਪਦਾਰਥ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹਨ। ਪ੍ਰੋਸੈਸਡ ਖਾਣਾ, ਵੱਧ ਸ਼ੱਕਰ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਂਸ ਫੈਟ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਧੁੱਪ ਅਤੇ ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ:

ਨਿਯਮਿਤ ਧੁੱਪ ਲੈਣ ਨਾਲ ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ ਦਾ ਪੱਧਰ ਠੀਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਤਣਾਅ ਪ੍ਰਬੰਧਨ:

ਯੋਗਾ, ਧਿਆਨ ਅਤੇ ਡੂੰਘੀ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਸਰਤਾਂ ਮਦਦਗਾਰ ਹਨ।

ਨਿਯਮਿਤ ਕਸਰਤ:

ਮਧਿਅਮ ਦਰਜ਼ੇ ਦੀ ਕਸਰਤ ਖ਼ੂਨ ਸੰਚਾਰ, ਮਨੋਦਸ਼ਾ ਅਤੇ ਇਮੀਊਨ ਸੰਤੁਲਨ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰਦੀ ਹੈ।

ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ:

ਦਹੀ ਅਤੇ ਫਰਮੈਂਟਡ ਖਾਣੇ ਅੰਤੜੀਆਂ ਦੇ ਮਾਇਕ੍ਰੋਬਾਇਓਮ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਕੀ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਜਾਨਲੈਵਾ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ?

ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਕਿਸਮ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰਤਾ ‘ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਹਾਲਤਾਂ ਆਮ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਠੀਕ ਸੰਭਾਲ ਨਾਲ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਦਕਿ ਕੁਝ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜਦੋਂ ਦਿਲ, ਗੁਰਦੇ ਜਾਂ ਦਿਮਾਗ ਵਰਗੇ ਅਹਿਮ ਅੰਗ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਣ।

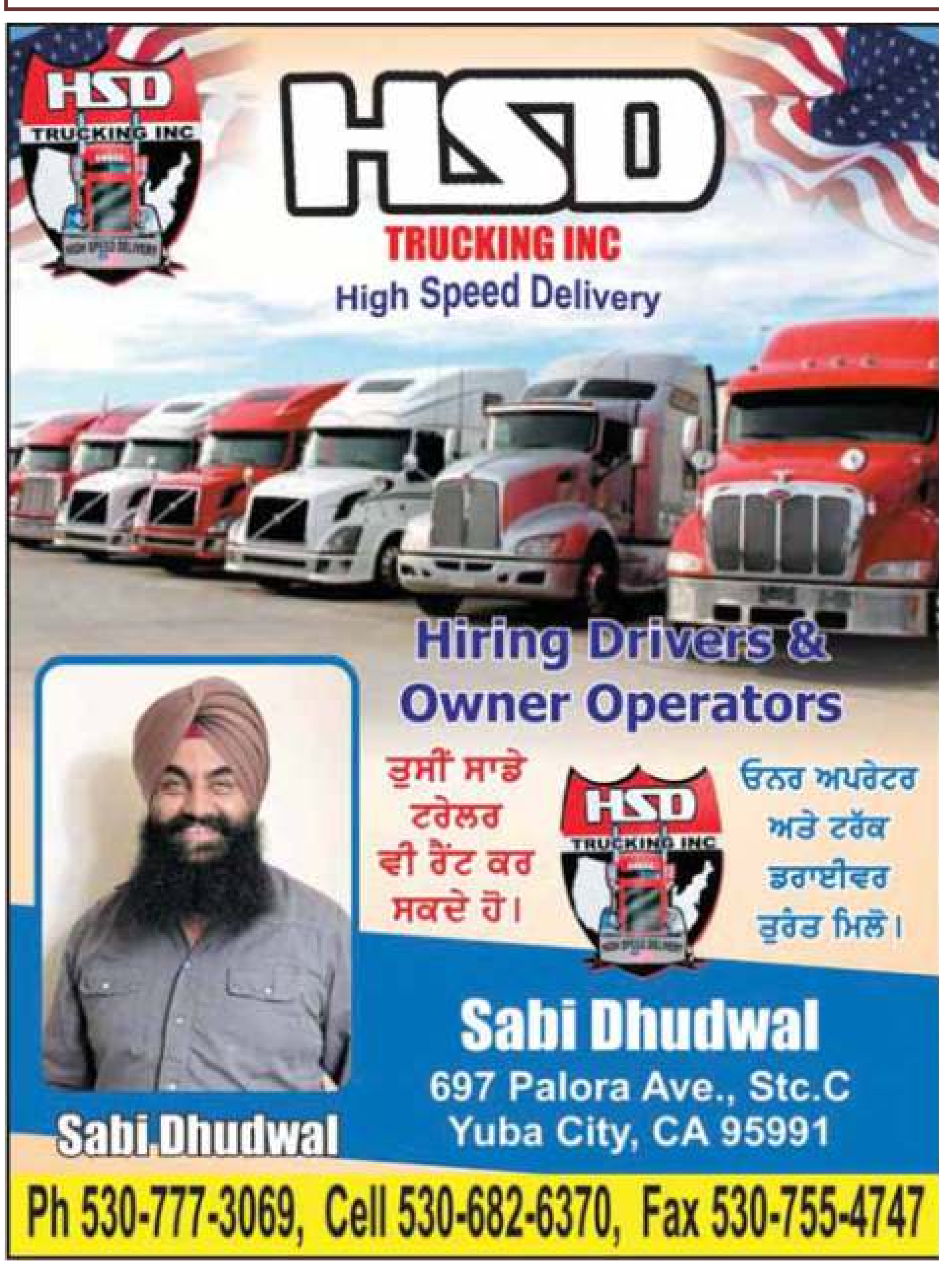
ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਬਿਨਾਂ ਇਲਾਜ ਦੇ ਲੂਪਸ ਕਈ ਅੰਗਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਦਕਿ ਗੰਭੀਰ ਮਲਟੀਪਲ ਸਕਲੇਰੋਸਿਸ ਅਸਮਰੱਥਤਾ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਪਰ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਪਛਾਣ, ਢੰਗ ਦੇ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਲੰਬੀ ਅਤੇ ਸਰਗਰਮ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜੀ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਆਧੁਨਿਕ ਇਲਾਜ਼ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦਾ ਵਿਗਿਆਨ ਆਟੋਇਮੀਊਨ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਸਮਝ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਤਰੱਕੀ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਨਵੀਆਂ ਜਾਂਚ ਤਕਨੀਕਾਂ ਅਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨੇਬੰਦ ਇਲਾਜ ਵਿਕਸਤ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਪੋਸ਼ਣ, ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵੀ ਵਧ ਰਹੀ ਹੈ।

ਆਟੋਇਮੀਊਨ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਦੀ ਜਟਿਲਤਾ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਮੁਸ਼ਕਿਲਾਂ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਅੰਤ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਸਹੀ ਇਲਾਜ, ਪੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਨਾਲ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ‘ਤੇ ਦੁਬਾਰਾ ਕੰਟਰੋਲ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੁੱਖ ਗੱਲ ਹੈ ਜਾਗਰੂਕਤਾ, ਸੰਤੁਲਿਤ ਜੀਵਨ ਅਤੇ ਨਿਰੰਤਰ ਦੇਖਭਾਲ ਕਿਉਂਕਿ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਇਮੀਊਨ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਸਮਝ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਉਸਨੂੰ ਡਰਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਸਹੀ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਲੈ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।



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

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

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
ਵਿਜੈ ਗਰਗ
ਰਿਟਾਇਰਡ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ
ਮਲੋਟ

ਸਕ੍ਰੀਨ-ਟਾਈਮ ਟ੍ਰੈਪ: ਇੱਕ ਡਿਜੀਟਲ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਬੁਢਾਪਾ

ਆਧੁਨਿਕ ਸੰਸਾਰ ਵਿੱਚ, ਬੁਢਾਪਾ ਹੁਣ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਜੈਵਿਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨਹੀਂ ਹੈ ਇਸਨੇ ਇੱਕ ਡਿਜੀਟਲ ਰੂਪ ਵੀ ਲਿਆ ਹੈ। ਡਿਜੀਟਲ ਬੁਢਾਪਾ ਉਹਨਾਂ ਸੂਖਮ ਪਰ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਕ੍ਰੀਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ, ਲਗਾਤਾਰ ਕਨੈਕਟੀਵਿਟੀ, ਅਤੇ ਡਿਜੀਟਲ ਆਦਤਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਤੌਰ ' ਤੇ, ਅਤੇ ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਚ ਵੀ ਵੱਡੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਵਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਚੁੱਪ ਪਰਿਵਰਤਨ

ਕੁਦਰਤੀ ਬੁਢਾਪੇ ਦੇ ਉਲਟ, ਡਿਜੀਟਲ ਬੁਢਾਪਾ ਇਕੱਲੇ ਝੁਰੜੀਆਂ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਘੱਟ ਧਿਆਨ, ਮਾਨਸਿਕ ਥਕਾਵਟ, ਘਟਦੀ ਰਚਨਾਤਮਕਤਾ ਅਤੇ ਡਿਵਾਈਸਾਂ 'ਤੇ ਵਧ ਰਹੀ ਨਿਰਭਰਤਾ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਲੋਕ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਨੂੰ ਸਕ੍ਰੋਲ ਕਰਨ, ਛੋਟੀਆਂ ਵੀਡੀਓਜ਼ ਦੇਖਣ, ਜਾਂ ਐਪਸ ਵਿੱਚ ਮਲਟੀਟਾਸਕਿੰਗ ਕਰਨ ਲਈ ਲੰਬੇ ਘੰਟੇ ਬਿਤਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਦਿਮਾਗ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਡੂੰਘੀ ਸੋਚ ਦੀ ਬਜਾਏ ਖੋਖਲੀ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ, ਇਹ ਤਬਦੀਲੀ ਯਾਦਦਾਸ਼ਤ, ਧੀਰਜ ਅਤੇ ਸਮੱਸਿਆ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਵਾਨੀ ਊਰਜਾ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਗੁਣਾਂ।

ਸਰੀਰਕ ਪ੍ਰਭਾਵ

ਡਿਜੀਟਲ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਰਤੋਂ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਵੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸਕ੍ਰੀਨਾਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਤਣਾਅ, ਮਾੜੀ ਸਥਿਤੀ, ਸਿਰ ਦਰਦ ਅਤੇ ਨੀਂਦ ਦੇ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਵਿਘਨ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਨੀਲੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਸਰੀਰ ਦੀ ਕੁਦਰਤੀ ਤਾਲ ਵਿੱਚ ਵਿਘਨ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਆਰਾਮ ਕਰਨਾ ਔਖਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਨੀਂਦ ਦੀ ਘਾਟ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਥਕਾਵਟ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬੁਢਾਪੇ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਅੱਜ ਦੇ ਕਿਸ਼ੋਰ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਵੀ ਅਕਸਰ ਥਕਾਵਟ ਅਤੇ ਫੋਕਸ ਦੀ ਘਾਟ ਦੀਆਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਲੱਛਣ ਜੋ ਕਦੇ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਸਨ।

ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਪ੍ਰਭਾਵ

ਡਿਜੀਟਲ ਬੁਢਾਪਾ ਸਿਰਫ਼ ਸਰੀਰ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗ ਬਾਰੇ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਇਹ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਡੂੰਘਾਈ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਤੁਲਨਾ ਤਣਾਅ, ਚਿੰਤਾ ਅਤੇ ਅਸੰਤੁਸ਼ਟੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅਸਲ-ਜੀਵਨ ਦੇ ਸਬੰਧਾਂ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਲੋਕ ਵਰਚੁਅਲ ਪਰਸਪਰਤਾਵਾਂ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਅਕਸਰ ਡੂੰਘਾਈ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਨਿੱਘ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਥਕਾਵਟ ਬਰਨਆਉਟ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਵਿਅਕਤੀ ਉਮਰ ਦੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਬਾਰੇ ਘੱਟ ਉਤਸ਼ਾਹ ਰੱਖਦੇ ਹਨ।

ਉਤਸੁਕਤਾ ਅਤੇ ਰਚਨਾਤਮਕਤਾ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ

ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਉਤਸੁਕਤਾ, ਖੋਜ ਅਤੇ ਰਚਨਾਤਮਕਤਾ ਦੁਆਰਾ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਜਦੋਂ ਡਿਜੀਟਲ ਖਪਤ ਸਰਗਰਮ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਥਾਂ ਲੈਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਤਸੁਕਤਾ ਫਿੱਕੀ ਪੈਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸੁਤੰਤਰ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੋਚਣ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਲੋਕ ਤੇਜ਼ ਜਵਾਬਾਂ ਅਤੇ ਤਿਆਰ ਸਮੱਗਰੀ 'ਤੇ ਭਰੋਸਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪੈਸਿਵ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਕਲਪਨਾ ਅਤੇ ਨਵੀਨਤਾ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ, ਦਿਮਾਗ ਘੱਟ ਲਚਕਦਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਬੁਢਾਪੇ ਦੀ ਇੱਕ ਹੋਰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾ।

ਡਿਜੀਟਲ ਏਜਿੰਗ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਣਾ

ਚੰਗੀ ਖ਼ਬਰ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਡਿਜੀਟਲ ਬੁਢਾਪਾ ਉਲਟਾਉਣਯੋਗ ਹੈ। ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਸਧਾਰਨ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਸੰਤੁਲਨ ਨੂੰ ਬਹਾਲ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ:

ਸਕ੍ਰੀਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਸੀਮਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਨਿਯਮਤ ਬ੍ਰੇਕ ਲਓ
ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਅਨੁਭਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੋ
ਡੂੰਘੀ ਪੜ੍ਹਨ ਅਤੇ ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰੋ
ਵਰਚੁਅਲ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਅਸਲ-ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਸਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿਓ
ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਨੀਂਦ ਦੀ ਰੁਟੀਨ ਬਣਾਈ ਰੱਖੋ

ਡਿਜੀਟਲ ਆਦਤਾਂ ਦਾ ਸੁਚੇਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਕੇ, ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀ ਮਾਨਸਿਕ ਤਿੱਖੀ ਅਤੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਉਮਰ ਵਧਣ ਦੀ ਧਾਰਨਾ ਨੂੰ ਰਵਾਇਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਨਮਦਿਨ ਦੇ ਸਥਿਰ ਮਾਰਚ ਦੁਆਰਾ ਮਾਪਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, 21ਵੀਂ ਸਦੀ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਘਟਨਾ ਸਾਹਮਣੇ ਆ ਰਹੀ ਹੈ: ਡਿਜੀਟਲ ਬੁਢਾਪਾ। ਇਹ ਜੀਏ ਗਏ ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਬਾਰੇ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਟੋਲ ਬਾਰੇ ਹੈ ਜੋ ਲਗਾਤਾਰ ਕਨੈਕਟੀਵਿਟੀ ਅਤੇ ਉੱਚ-ਊਰਜਾ ਨੀਲੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ 'ਤੇ ਲੈਂਦੀ ਹੈ, ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਾਡੇ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਨੂੰ ਜੈਵਿਕ ਸਮੇਂ ਨਾਲੋਂ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ "ਉਮਰ" ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਜੈਵਿਕ ਘੜੀ ਬਨਾਮ। ਡਿਜੀਟਲ ਚਮਕ

ਡਿਜੀਟਲ ਏਜਿੰਗ ਦੇ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਆਰਟੀਫੀਸ਼ੀਅਲ ਹਾਈ-ਐਨਰਜੀ ਵਿਜ਼ੀਬਲ ਲਾਈਟ ਦਾ ਵਿਆਪਕ ਐਕਸਪੋਜਰ ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨੀਲੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕਿ ਕੁਦਰਤੀ ਸੂਰਜ ਦੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਸਾਡੇ ਸਰਕਾਡੀਅਨ ਤਾਲਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯਮਤ ਕਰਨ ਲਈ ਨੀਲੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਸਮਾਰਟਫ਼ੋਨਾਂ ਅਤੇ ਮਾਨੀਟਰਾਂ ਤੋਂ ਕੇਂਦਰਿਤ ਖੁਰਾਕਾਂ ਇੱਕ ਵੱਖਰੀ ਕਹਾਣੀ ਹਨ। *ਡਿਜੀਟਲ ਸਕਿਨ ਏਜਿੰਗ: ਖੋਜ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਐਚਈਵੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਯੂਵੀ ਕਿਰਨਾਂ ਨਾਲੋਂ ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਡੂੰਘਾਈ ਨਾਲ ਦਾਖਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜੋ "ਫੋਟੋ-ਏਜਿੰਗ" ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ ਇਹ ਆਕਸੀਡੇਟਿਵ ਤਣਾਅ ਵਜੋਂ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬਰੀਕ ਲਾਈਨਾਂ ਅਤੇ ਹਾਈਪਰਪੀਗਮੈਂਟੇਸ਼ਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਸਨੂੰ ਅਕਸਰ "ਸਕ੍ਰੀਨ-ਫੇਸ" ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ *ਅਕੁਲਰ ਸਟ੍ਰੇਨ: ਸਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਦਿਨ ਵਿੱਚ 10 ਤੋਂ 12 ਘੰਟੇ ਸਥਿਰ, ਚਮਕਦਾਰ ਬਿੰਦੂਆਂ ਵੱਲ ਦੇਖਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਪੁਰਾਣੀ ਡਿਜੀਟਲ ਅੱਖ ਦਾ ਦਬਾਅ ਜਲਦੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰੈਸਬੀਓਪੀਆ ਵਰਗੇ ਲੱਛਣਾਂ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਲੈਂਸ ਲਚਕਤਾ ਗੁਆ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਲਈ ਰਾਖਵੇਂ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਵਿਗਾੜ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਬੋਧਾਤਮਕ "ਗ੍ਰੇ-ਆਊਟ"

ਭੌਤਿਕ ਤੋਂ ਪਰੇ, ਡਿਜੀਟਲ ਸੰਤ੍ਰਿਪਤਾ ਸਾਡੀ ਬੋਧਾਤਮਕ ਲੰਬੀ ਉਮਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। "ਮਾਈਕ੍ਰੋ-ਕੰਟੈਂਟ" ਛੋਟੇ ਵੀਡੀਓਜ਼, ਸੂਚਨਾਵਾਂ, ਅਤੇ ਰੈਪੀਡ-ਫਾਇਰ ਹੈੱਡਲਾਈਨਜ਼ ਸਾਡੇ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਫੈਲਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਨਿਊਰਲ ਪਲਾਸਟਿਕਿਟੀ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ: ਡੂੰਘਾ ਫੋਕਸ ਇੱਕ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਮੈਮੋਰੀ ਨੂੰ ਸਰਚ ਇੰਜਣਾਂ ਅਤੇ ਸਾਡੀ ਨੈਵੀਗੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਜੀਪੀਐਸ 'ਤੇ ਆਊਟਸੋਰਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਨਾਜ਼ੁਕ ਸੋਚ ਅਤੇ ਸਥਾਨਿਕ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਨਿਊਰਲ ਮਾਰਗ ਅਟ੍ਰੋਫੀ ਹੋਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ "ਜਾਣਨਾਤਮਕ ਜੰਗਾਲ" ਇੱਕ ਮਾਨਸਿਕ ਸਥਿਤੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਵਿਅਕਤੀ "ਜੁਲ ਚੁੱਕੇ" ਜਾਂ "ਧੁੰਦਲੇ" ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਬਹੁਤ ਬਾਅਦ ਦੇ ਪੜਾਵਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਸਲੀਪ ਡਿਬਟ: ਸਕ੍ਰੀਨਾਂ ਮੇਲਾਟੋਨਿਨ ਦੇ ਉਤਪਾਦਨ ਨੂੰ ਰੋਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਬਹਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਆਰਈਐੱਮ ਨੀਂਦ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਕਰਕੇ, ਅਸੀਂ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਇਸਦੀ ਰਾਤ ਦੀ "ਹਾਊਸਕੀਪਿੰਗ" ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਦੇ ਹਾਂ, ਜੋ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਨਿਊਰੋਡੀਜਨਰੇਟਿਵ ਗਿਰਾਵਟ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਬੈਠਾ ਪਰਛਾਵਾਂ

ਡਿਜੀਟਲ ਬੁਢਾਪਾ ਵੀ "ਟੈਕ-ਨੇਕ" ਯੁੱਗ ਦਾ ਉਪ-ਉਤਪਾਦ ਹੈ। ਡਿਵਾਈਸਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਬੈਠਣਾ ਅਤੇ ਮਾੜੀ ਸਥਿਤੀ ਮਸਕੂਲੋਸਕੇਲੇਟਲ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਇੱਕ ਵਾਰ ਸਿਰਫ ਜੇਰੀਏਟ੍ਰਿਕ ਵਾਰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਪੁਰਾਣੀ ਪਿੱਠ ਦਾ ਦਰਦ, ਝੁਕਾਅ ਕਾਰਨ ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਵਿੱਚ ਕਮੀ, ਅਤੇ ਦੁਹਰਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਤਣਾਅ ਦੀਆਂ ਸੱਟਾਂ ਹੁਣ ਵੀਹ ਸਾਲ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਆਮ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦਹਾਕਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਸ਼ੀਲਤਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਟਾਈਮਲਾਈਨ ਦਾ ਮੁੜ ਦਾਅਵਾ ਕਰਨਾ

ਡਿਜੀਟਲ ਬੁਢਾਪੇ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਛੱਡਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਡਿਜੀਟਲ ਹਾਈਜਨ ਲਈ ਇੱਕ ਅਨੁਸ਼ਾਸਿਤ ਪਹੁੰਚ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ

20-20-19 ਨਿਯਮ: ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ, ਹਰ 20 ਮਿੰਟਾਂ ਵਿੱਚ, ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 20 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ 20 ਫੁੱਟ ਦੂਰ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਦੇਖੋ।

ਭੌਤਿਕ ਸੀਮਾਵਾਂ: ਘਰ ਵਿੱਚ, ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੈੱਡਰੂਮ ਵਿੱਚ "ਐਨਾਲਾਗ ਜ਼ੋਨ" ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਸਰੀਰ ਦੀ ਜੀਵ-ਵਿਗਿਆਨਕ ਘੜੀ ਨੀਲੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਦੇ ਰੀਸੈਟ ਹੋ ਸਕੇ।

ਸਰਗਰਮ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ: ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਰਚਨਾ ਜਾਂ ਸਰੀਰਕ ਅੰਦੋਲਨ ਨਾਲ ਪੈਸਿਵ ਖਪਤ ਨੂੰ ਸੰਤੁਲਿਤ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਸ਼ੌਕਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਸਪਰਸ਼ ਤਾਲਮੇਲ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਨਿਊਰਲ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਚੁਸਤੀ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਡਿਜੀਟਲ ਓਲਡ ਏਜ ਇੱਕ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਦੋਂ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਦੀ ਗਤੀ ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਵਧਦੀ ਹੈ, ਸਾਡੀ ਜੀਵ ਵਿਗਿਆਨ ਅਜੇ ਵੀ ਜੀਵਨ ਦੀ ਗਤੀ ਨਾਲ ਚਲਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਅਸੀਂ "ਸਾਡੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ" ਉਮਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਸਾਨੂੰ ਸਕ੍ਰੀਨ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸੰਸਾਰ ਦੀ ਤਾਲ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਜਾਣਾ ਸਿੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਰੁਟੀਨ ਵਿੱਚ ਡਿਜੀਟਲ ਉਤਪਾਦਕਤਾ ਅਤੇ ਨਿੱਜੀ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਵਿਚਕਾਰ ਸੰਤੁਲਨ ਬਾਰੇ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ?

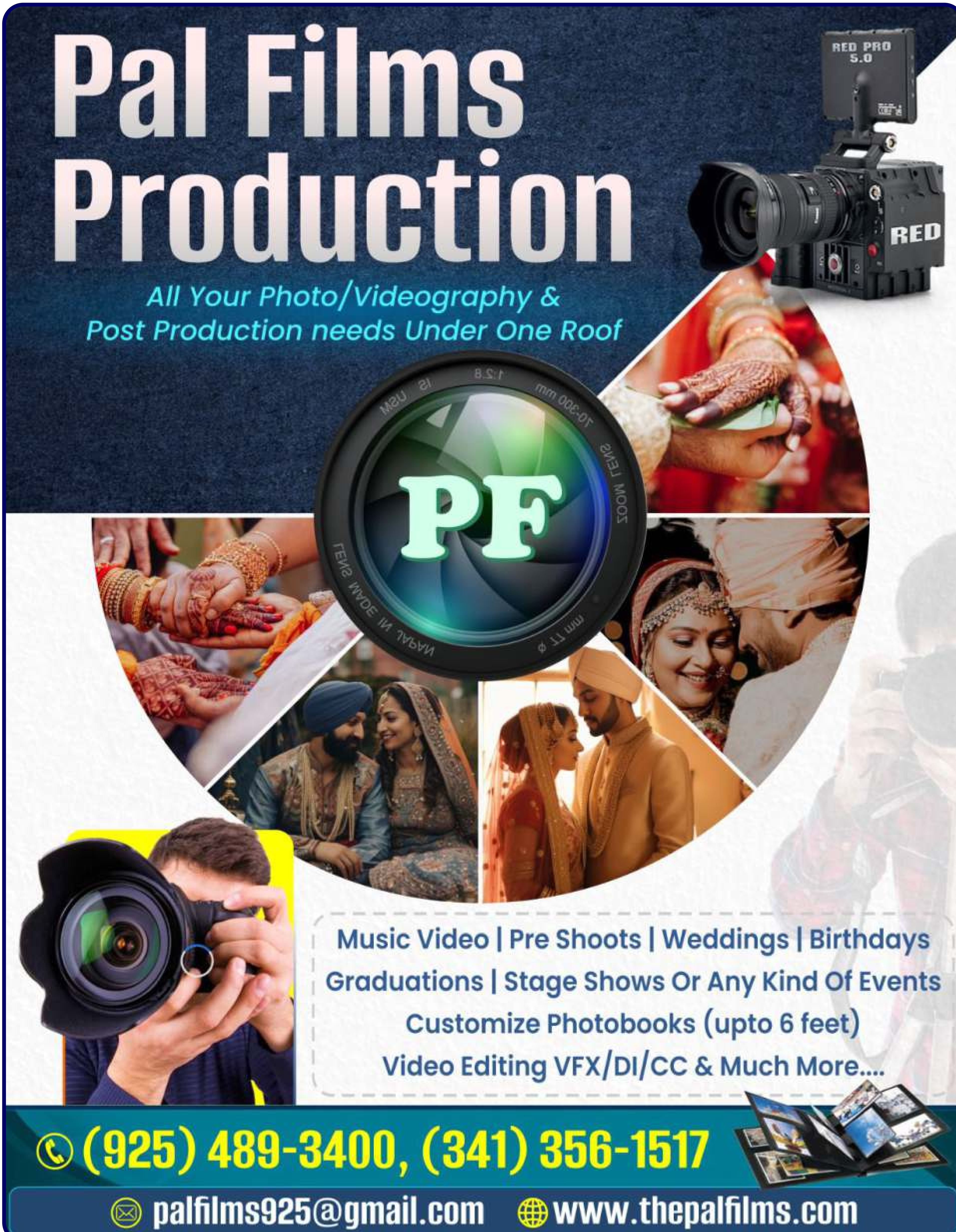
ਸਿੱਟਾ

ਡਿਜੀਟਲ ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਇੱਕ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਸਾਧਨ ਹੈ, ਪਰ ਜਦੋਂ ਇਸਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਬੁਢਾਪੇ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਰੂਪ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਸਤ੍ਹਾ 'ਤੇ ਦਿਖਾਈ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ। ਡਿਜੀਟਲ ਬੁਢਾਪਾ ਸਾਨੂੰ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੱਚੀ ਜਵਾਨੀ ਸਿਰਫ਼ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਇਸ ਗੱਲ ਵਿੱਚ ਵੀ ਪਈ ਹੋਈ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਕਿੰਨੇ ਸਰਗਰਮੀ ਅਤੇ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹਾਂ।

ਸੱਚਮੁੱਚ ਜਵਾਨ ਰਹਿਣ ਲਈ, ਸਾਨੂੰ ਸਕ੍ਰੀਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਰਫ਼ਤਾਰ ਨੂੰ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਨਹੀਂ ਕਰਨ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਸਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਹੋਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

Now Open New Banquet Hall in Sacramento
For more info: Contact Paul : (916)334-6000

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


Pal Films Production
All Your Photo/Videography &
Post Production needs Under One Roof
PF
RED PRO 5.0
RED
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

web -www.globaldrugtestinginc@gmail.com
email -info@globaltruckpermits.com
ਕੈਲੇਫੋਰਨੀਆ ਅੰਦਰ ਸਾਰੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਇੱਕੋ ਥਾਂ
GLOBAL TRUCK PERMITS
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

ਚੌਧਰ

ਹਰਫ਼ਾਂ ਦੀ ਅੱਜ ਕਦਰ ਨਹੀਂ, ਬੱਸ ਨਾਮ ਦੀ ਚੌਧਰ ਬਾਕੀ ਹੈ,
ਸਾਹਿਤ ਦੇ ਇਹਨਾਂ ਵਿਹੜਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਨਿਰੀ ਦਿਖਾਵੇ ਦੀ ਝਾਕੀ ਹੈ।
ਅਸਲ ਲੇਖਕ ਤਾਂ ਬੈਠੇ ਨੇ, ਕਿਤੇ ਗੁੰਮਨਾਮੀ ਦੇ ਕੋਨੇ ਵਿੱਚ,
ਸਟੇਜਾਂ ਉੱਤੇ ਕਾਬਜ਼ ਤਾਂ, ਸਿਰਫ਼ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ੀ ਸਾਕੀ ਹੈ।
ਪੁਸਤਕ ਦੇ ਵਿੱਚੋਂ ਗਾਇਬ ਹੈ, ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਦਰਦ ਤੇ ਪੀੜਾ ਅੱਜ,
ਪਰ ਟਾਈਟਲ ਉੱਤੇ ਫੋਟੋ ਆਪਣੀ, ਲਾਉਣੀ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਜਾਪੀ ਹੈ।
ਗੋਸ਼ਟੀਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਬੱਸ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਦੀ ਵਾਹੋ-ਵਾਹੀ,
ਸੱਚੀ ਆਲੋਚਨਾ ਕਰਨ ਦੀ, ਹੁਣ ਹਿੰਮਤ ਕਿਸ ਵਿੱਚ ਬਾਕੀ ਹੈ ।
ਸਨਮਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਡੀਲਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ, ਬੰਦ ਕਮਰਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੀ,
ਕਲਮਾਂ ਦੀ ਅਣਖ ਤਾਂ ਵਿਕ ਚੁੱਕੀ, ਬੱਸ ਕਾਗਜ਼ੀ ਫੋਕਾ ਫਾਕੀ ਹੈ।
ਮਹਿਫ਼ਿਲ ਦੇ ਵਿੱਚ ਬੈਠ ਕੇ ਉਹ, ਗੱਲਾਂ ਤਾਂ ਉੱਚੀਆਂ ਕਰਦੇ ਨੇ,
ਪਰ ਅੰਦਰੋਂ ਹਉਮੈ ਵਧ ਗਈ ਹੈ, ਜੋ ਸਾਹਿਤ ਲਈ ਫਾਹੀ ਹੈ।
ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ 'ਪ੍ਰਗਟ' ਸੱਚ ਲਿਖਣਾ, ਹੁਣ ਜ਼ੋਖ਼ਮ ਦਾ ਹੀ ਕੰਮ ਹੋਇਆ,
ਪਰ ਕਲਮ ਓਹੀ ਹੈ ਜਿਉਂਦੀ, ਜੋ ਸੱਚ ਦੀ ਭਰਦੀ ਗਵਾਹੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਗਟ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਬਾਗ਼ੀ

ਚੰਦਰੀ ਸ਼ਰਾਬ

ਖਹਿੜਾ ਛੱਡ ਦੇ ਸ਼ਰਾਬ ਦਾ,ਕਿਉਂ ਹੋਇਆ ਇਸ ਦਾ ਦੀਵਾਨਾ ਏਂ ?
ਸਾਥ ਛੱਡ ਦਿਓ ਤੇਰਾ ਵੇਸ਼ਵਾ ਵਾਂਗ, ਖਾਕੀ ਨੰਗ ਜਦੋਂ ਹੋ ਜਾਣਾ ਏਂ।

ਜਿਸ ਵਿਹੜੇ 'ਚ ਇਹ ਚੰਦਰੀ, ਪੁੱਠੇ ਪੈਰ ਏ ਪਾ ਲੈਂਦੀ ,
ਇੱਜ਼ਤ ਰੋਲ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿੰਦੀ, ਘਰ ਕਰਦੀ ਵੀਰਾਨਾ ਏ।
ਇਹ ਤਾਂ ਸੀ ਅੱਯਾਸ਼ ਰਾਜਿਆ ਦੀ ਮਹਿਬੂਬ, ਤੂੰ ਯਾਰੀ ਪਾ ਬੈਠੂੰ,
ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖ ਦਿਓ ਵਸਦੇ-ਰਸਦੇ ਘਰ ਨੂੰ, ਇਹ ਕਬਾੜਖਾਨਾਂ ਏ।
ਸ਼ਿਵ, ਨੂਰਪੁਰੀ, ਕੁਲਦੀਪ ਮਾਣਕ ਜਿਹੇ ਹੀਰੇ, ਇਸ ਨੇ ਤਬਾਹ ਕੀਤੇ,
ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਮਾਣ ਕਰਦੀ ਸੀ ਦੁਨੀਆ, ਅੱਜ ਵੀ ਕਰਦਾ ਜਮਾਨਾ ਹੈ।
ਕਿਸੇ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਇਸ 'ਤੇ ਪਾਬੰਧੀ ਨਹੀ ਲਾਈ,
ਜੋ ਹੈ ਨਸ਼ਿਆ ਦੀ ਮਾਂ, ਰੋਜ਼ ਹੁੰਦੇ ਕਤਲਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਵਾਨਾ ਹੈ।
ਕੱਲ੍ਹ ਆਬਕਾਰੀ ਮੰਤ੍ਰੀ ਜਨਤਾ ਨੂੰ ਮੁਖਾਤਿਬ ਹੋ ਕੇ ਸੀ ਕਹਿ ਰਹੇ,
ਕੋਟਾ ਸ਼ਰਾਬ ਦਾ ਏਸ ਵਾਰ, ਮੁੜ ਆਪਾਂ ਵਧਾਣਾ ਹੈ।
ਛੱਡ ਦੇ ਖਹਿੜਾ ਇਸ ਜ਼ਾਲਮ ਦਾ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਵਿਦਾ ਕਰ ਦਿਓ ਛੇਤੀ,
"ਤਿਰਹਾਈ ਧੁੱਪ" ਦਾ ਕਾਵਿ-ਸੰਗ੍ਰਹਿ "ਜ਼ਖ਼ਮੀ" ਅਜੇ ਤੇਥੋਂ ਲਿਖਵਾਣਾ ਹੈ।

ਧਿਆਨ ਸਿੰਘ "ਜ਼ਖ਼ਮੀ"
ਪੀਰ ਮੁਛੱਲਾ,ਜੀਰਕਪੁਰ
9876555961

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।

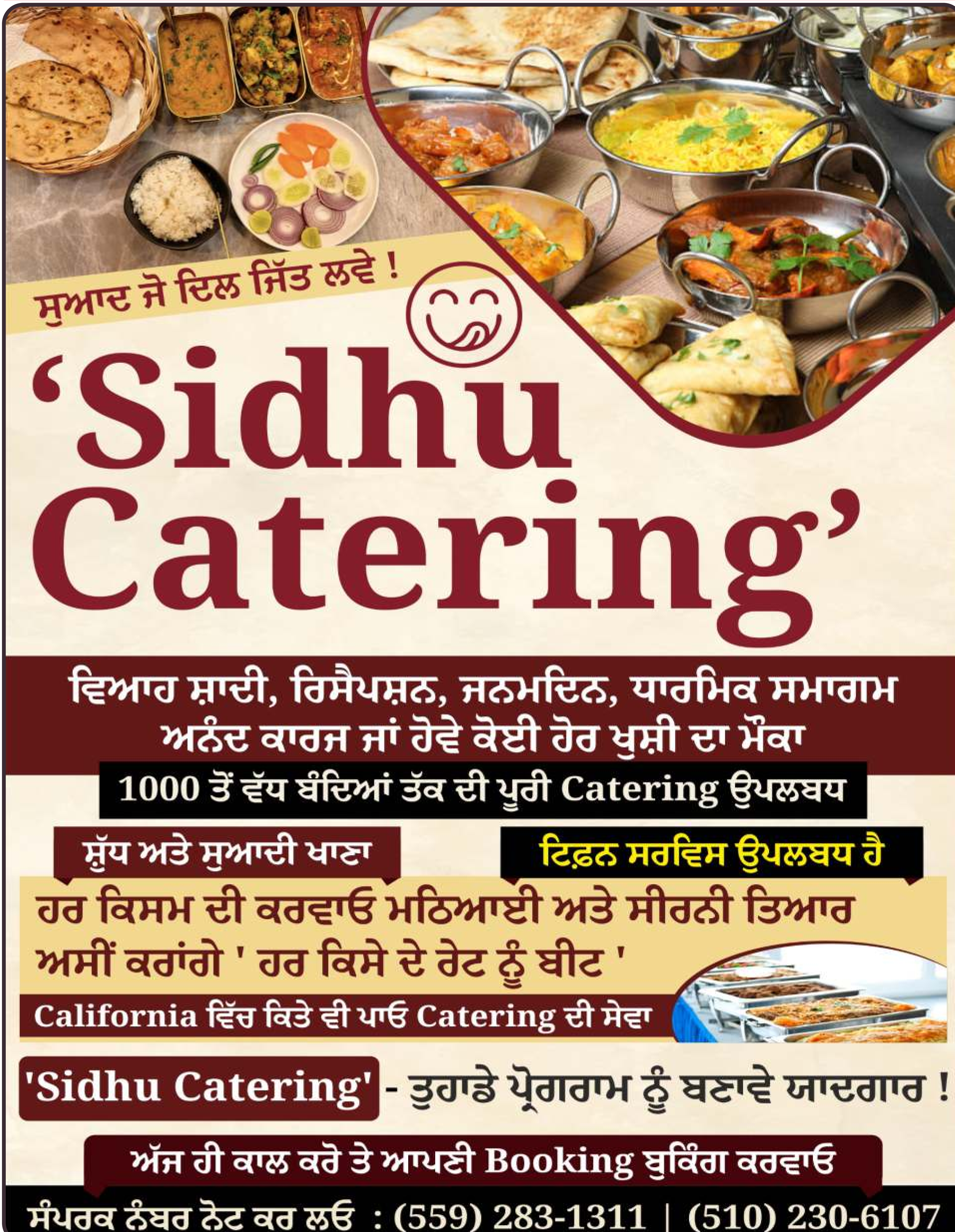
Contact : Cell (209) 550-1704

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

EACH OFFICE IS INDEPENDENTLY OWNED AND OPERATED

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

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


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

ਪਬਲਿਕ ਹਿਤ ਵਿਚ ਸੂਚਨਾ

ਜਿੱਥੇ ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਇਹ ਅਵਾਜ ਪਹੁੰਚ ਰਹੀ ਹੈ ਮੈਂ ਗੁਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸੰਧੂ ਹੈਮਿਓਪੈਥਿਕ 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

ਰੋਜਮਾਰਰਾ 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
INDIAN & FIJI GROCERY NOW OPEN
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

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

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

SANJHI SOCH

ਟੀ.ਵੀ. ਪੱਤਰਕਾਰਾਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ

SANJHI SOCH

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

ਸੰਪਰਕ: +1 (209) 303-1260