

ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਅਖਬਾਰ
ਅਤੇ ਟੀ.ਵੀ ਨਾਲ
ਜੁੜਨ ਲਈ
ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ



ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ

ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਪੰਜਾਬੀ ਅਖਬਾਰ
ਪੰਜਾਬੀਅਤ ਦੀ ਸੋਚ 'ਤੇ ਪਹਿਰਾ

DOWNLOAD THE APP
NOW AVAILABLE ON



24x7
LIVE STREAMING

ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਟੀ ਵੀ Mobile App
'ਤੇ ਵੀ ਉਪਲਬਧ

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ +91 81463 20009
ਪਟਿਆਲਾ +91 79735 07533

VOL-13 ISSUE 2386 25 February, 2026 Wednesday www.sanjhisoch.com ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ★ ਪੰਜਾਬ ★ ਹਿਮਾਚਲ ★ ਹਰਿਆਣਾ ★ ਦੇਸ ਦੁਨੀਆਂ +1 (209) 303-1260

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

ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਬਰਫੀਲੇ ਤੂਫਾਨ ਦਾ ਕਹਿਰ 11 ਹਜ਼ਾਰ ਉਡਾਣਾਂ ਰੱਦ: 5 ਲੱਖ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਬਿਜਲੀ ਗੁੱਲ

ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਤੇਜ਼ ਹਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਭਾਰੀ ਬਰਫਬਾਰੀ ਕਾਰਨ, ਹਵਾਈ ਅੱਡੇ ਦੇ ਰਨਵੇਅ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਅਤੇ ਕਈ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਉਡਾਣਾਂ ਮੁਅੱਤਲ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ। ਐਤਵਾਰ ਅਤੇ ਮੰਗਲਵਾਰ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ 11,055 ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਡਾਣਾਂ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ। ਇਕੱਲੇ ਸੋਮਵਾਰ ਨੂੰ, ਲਗਭਗ 5,600 ਤੋਂ 5,700 ਉਡਾਣਾਂ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ, ਜੋ ਕਿ ਦੇਸ਼ ਭਰ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਉਡਾਣਾਂ ਦਾ ਲਗਭਗ 20% ਹਨ। ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਫਲਾਈਟ ਟਰੈਕਿੰਗ ਕੰਪਨੀ ਫਲਾਈਟਅਵੇਅਰ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮੌਸਮ ਸੇਵਾ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਰੋਡ ਆਈਲੈਂਡ ਅਤੇ ਮੈਸੇਚਿਉਸੇਟਸ ਦੇ ਕੁਝ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ 37 ਇੰਚ ਬਰਫ ਡਿੱਗੀ। ਬਰਫਬਾਰੀ ਕਾਰਨ, ਉੱਤਰ-ਪੂਰਬੀ ਰਾਜਾਂ ਵਿੱਚ 600,000 ਤੋਂ ਵੱਧ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਬਿਜਲੀ ਗੁੱਲ ਹੋ ਗਈ। ਸੋਮਵਾਰ ਸ਼ਾਮ ਤੱਕ, 519,232 ਘਰ ਅਤੇ ਦਫਤਰ ਬਿਜਲੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸਨ। ਭਾਰੀ ਬਰਫਬਾਰੀ ਕਾਰਨ, ਬੋਸਟਨ ਗਲੋਬ ਆਪਣੇ 153 ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਆਪਣਾ ਅਖਬਾਰ ਛਾਪਣ ਵਿੱਚ ਅਸਮਰੱਥ ਰਿਹਾ ਕਿਉਂਕਿ ਕਰਮਚਾਰੀ ਪ੍ਰਿੰਟਿੰਗ ਪ੍ਰੈਸ ਤੱਕ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਸਕੇ। ਐਤਵਾਰ ਅਤੇ ਸੋਮਵਾਰ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਨਿਊਯਾਰਕ ਦੇ ਸੈਂਟਰਲ ਪਾਰਕ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ 20 ਇੰਚ ਬਰਫ ਪਈ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਲੌਂਗ ਆਈਲੈਂਡ ਦੇ ਇਸਲਿਪ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ 22 ਇੰਚ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬਰਫ ਪਈ। ਪ੍ਰੈਵੀਡੈਂਸ, ਰੋਡ ਆਈਲੈਂਡ ਵਿੱਚ 32.8 ਇੰਚ ਬਰਫ ਪਈ, ਜਿਸਨੇ 1978 ਵਿੱਚ ਸਥਾਪਿਤ 28.6 ਇੰਚ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਰਿਕਾਰਡ ਨੂੰ ਤੋੜ ਦਿੱਤਾ।



ਸਥਿਤੀ ਇੰਨੀ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਗਈ ਕਿ ਕਈ ਰਾਜਾਂ ਨੂੰ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀ ਘੋਸ਼ਣਾ ਕਰਨੀ ਪਈ। ਨਿਊਯਾਰਕ ਸਿਟੀ ਵਿੱਚ, ਸਕੂਲ, ਸੜਕਾਂ, ਪੁਲ ਅਤੇ ਹਾਈਵੇਅ ਅਸਥਾਈ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਗਏ। ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ, ਹਾਲਾਤ ਸੁਧਰਨ 'ਤੇ, ਮੇਅਰ ਜੋਹਰਾਨ ਮਮਦਾਨੀ ਨੇ ਹੁਕਮ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਕਿ ਸਕੂਲ ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਖੁੱਲ੍ਹਣਗੇ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ, ਮੈਸੇਚਿਉਸੇਟਸ ਦੇ ਗਵਰਨਰ ਮੈਰਾ ਹੀਲੀ ਨੇ ਕੁਝ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਯਾਤਰਾ ਪਾਬੰਦੀ ਲਗਾਈ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ। ਰੋਡ ਆਈਲੈਂਡ ਦੇ ਗਵਰਨਰ ਡੈਨ ਮੈਕਕੀ ਨੇ ਵੀ ਪੂਰੇ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਯਾਤਰਾ ਪਾਬੰਦੀ ਲਗਾਈ। ਨਿਊਯਾਰਕ ਦੇ ਗਵਰਨਰ ਕੈਥੀ ਹੋਚੁਲ ਨੇ ਵੀ ਰਾਜਵਿਆਪੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਨੈਸ਼ਨਲ ਗਾਰਡ ਨੂੰ ਅਲਰਟ 'ਤੇ ਰੱਖਿਆ ਹੈ।

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 Ashwani Kumar Bhakhri
(916) 379-9700 Attorney at Law
(209) 666-4220
www.bhakhrilawfirm.us
bhakhrilawfirm@gmail.com



RE/MAX EXECUTIVE

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

Kirandeep Kaur
Realtor® CA DRE # 82119235

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਬਿੱਦੀ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ 'ਚ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

Contact : Cell (209) 550-1704
220 - A Standiford Ave, Modesto, CA 95350, kkaur@mycvr.com

Mann & Associates Insurance Services, Inc.
Medicare Supplement Plans

Life • Health • Travel • Medicare • Trucking • ਲਾਈਫ • ਹੈਲਥ • ਟ੍ਰੇਵਲ • ਮੈਡੀਕੇਅਰ • ਟਰੱਕਿੰਗ

- The American Rescue Plan passed by President Biden could save you hundreds or even thousands of dollars a month.
- There is more financial help than ever before
- Even if you didn't qualify for subsidies before, now you might be able to save thousands on health insurance premiums.
- Huge tax credits are available only if you apply thru Covered California

ਹੈਲਥ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਨਾ ਕਰਵਾਉਣ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜੁਰਮਾਨਾ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਅੱਜ ਹੀ ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਹੈਲਥ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਇਦਰਜੀਰ ਮਾਨ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਜਿਹੜੇ Covered California ਦੇ Certified Agent ਸਨ। ਇਦਰਜੀਰ ਮਾਨ ਕੋਲ ਹੈਲਥ ਇੰਸੂਰੈਂਸ ਦਾ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦਾ ਤਜਰਬਾ ਹੈ।

Anthem
Certified Insurance Agent

Inderjeet Singh Mann
CA Lic# OH82488

Ph.: (916) 900-2000

LAMBA VIDEO
★ Weddings ★ Birthdays ★ Photo Shoots

HD Quality
Wedding Videos
Pre-Wedding
Shoots

Packages fit to your budget

Contact: Barjesh 209-541-0641
Email: lambavideoproduction@yahoo.com

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

Space available 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 Properties

**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

- ★ Minimum 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 ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ

★ 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 ਗਰੋਸਰੀ ਦੀ।



ਤਿਉਹਾਰਾਂ 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



www.sanjhisoch.com

**PATRON: 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

ਆਓ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਜਿਉਣ ਦੀ ਕਲਾ ਸਿੱਖੀਏ!

ਮੈਨੂੰ ਦੌਲਤ ਕਮਾਉਣ ਦੀ ਇੱਛਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਪਰ ਮੈਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਆਨੰਦ ਲੈਣ ਦੀ ਇੱਛਾ ਜ਼ਰੂਰ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਜਿਉਣ ਦੀ ਕਲਾ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨਹੀਂ ਜੀ ਰਹੇ ਹੋ, ਸਗੋਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜੀ ਰਹੀ ਹੈ। ਹਾਲਾਤਾਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਬੇਵੱਸ ਹੋਣ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਇਸਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪਕੜ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਦੀ ਕਲਾ ਨੂੰ ਅਪਣਾਓ। ਇੱਕ ਉਦਾਹਰਣ ਬਣ ਕੇ ਇਤਿਹਾਸ ਬਣਾਓ, ਇੱਕ ਸਬਕ ਨਹੀਂ। ਸਿਰਫ ਸਿਹਤਮੰਦ ਨਸਾਂ ਦਾ ਯੁੱਗ ਹੀ ਤੁਹਾਡੀ ਵਿੱਤੀ ਤਰੱਕੀ ਨੂੰ ਹਕੀਕਤ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਪਰਮਾਤਮਾ ਤੁਹਾਡੇ ਪਾਪਾਂ ਨੂੰ ਮਾਫ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਤੁਹਾਡਾ ਦਿਮਾਗੀ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਲਈ ਮਾਫ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਇਸ ਲਈ, ਆਪਣੀਆਂ ਨਸਾਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਸਿਹਤ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਬਚਾਓ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਉਪਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਨਿਵੇਸ਼ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਘਬਰਾਹਟ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹੀ ਰਣਨੀਤੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਮਾਈ ਕਰਦੀ ਰਹੇ।

ਇਹ ਦੁਨੀਆ ਇੱਕ ਸਫਲ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਦੌਲਤ ਅਤੇ ਵਪਾਰਕ ਨਿਵੇਸ਼ ਇੱਕੋ ਇੱਕ ਸਾਧਨ ਹੈ ਜੋ, ਜੇਕਰ ਸਹੀ ਦਿਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਸਮਾਜ ਦੇ ਮਜ਼ਦੂਰ ਵਰਗ ਨੂੰ ਪੇਸ਼ਣ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਵਿਕਸਤ ਦੇਸ਼ ਆਪਣੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਆਰਥਿਕ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਸਰੋਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਿਖਲਾਈ ਲਈ ਅਜਿਹੇ ਪਲੇਟਫਾਰਮ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਝਿਜਕ ਅਤੇ ਅਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੀ ਬਜਾਏ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਹਿੰਮਤ ਅਤੇ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬੌਧਿਕ ਗੁਲਾਮ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਕੁਦਰਤ ਦੁਆਰਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰੱਖੇ ਗਏ ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਲਿਆਂਦਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਿਕਸਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬੋਲਣ ਦੀ ਕਲਾ ਨਾਲ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਜੋ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਦਿਮਾਗ ਅਤੇ ਭਾਸ਼ਾ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵਰਤਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਪੈਰ ਚੁੰਮਦੀ ਹੈ ਜੋ ਆਪਣੇ ਉਪਯੋਗੀ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਨਿਡਰ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨਾ ਜਾਣਦੇ ਹਨ।

ਜੇ ਕੱਲ੍ਹ ਅਤੇ ਕੱਲ੍ਹ ਦਾ ਸਾਂਝਾ ਬੋਝ ਚੁੱਕਿਆ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਅੱਜ ਸਭ ਤੋਂ ਤਾਕਤਵਰ ਵਿਅਕਤੀ ਵੀ ਬਰਬਾਦ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਆਪਣੇ ਅਤੀਤ ਵਾਂਗ, ਤੁਹਾਡਾ ਆਪਣੇ ਭਵਿੱਖ 'ਤੇ ਕੋਈ ਕੰਟਰੋਲ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਅੱਜ ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੈ ਉਸਦਾ ਪੂਰਾ ਫਾਇਦਾ ਉਠਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਜੀਵਨ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਦੂਰ-ਦੁਰਾਡੇ ਦ੍ਰਿਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਦੇਖਣਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਹਮਣੇ ਹੈ ਉਸਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਅਤੀਤ ਵਾਂਗ, ਭਵਿੱਖ ਨੂੰ ਕੱਸ ਕੇ ਬੰਦ ਕਰੋ। ਭਵਿੱਖ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਵਿਅਕਤੀ ਮਾਨਸਿਕ ਤਾਕਤ ਨੂੰ ਬਰਬਾਦ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਘਬਰਾਹਟ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਉਸ ਦੇ ਰਾਹ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਬਣ ਕੇ ਖੜ੍ਹੀਆਂ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਅਨੰਤ ਅਤੀਤ ਹੈ ਜੋ ਅਨੰਤ



ਜ਼ਫਰ ਇਕਬਾਲ ਜ਼ਫਰ
ਗ਼ਜ਼ਾਲੀ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਟਰੱਸਟ ਲਾਹੌਰ ਪਾਕਿਸਤਾਨ
+92-3004837173

ਕਾਲ ਤੋਂ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਭਵਿੱਖ ਹੈ ਜੋ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਜਾਰੀ ਰਹੇਗਾ। ਫਿਰ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੱਜ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਨਾਲ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ? ਉਨ੍ਹਾਂ ਮਨਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੋ ਜੋ ਖੁਦਕੁਸ਼ੀ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਜੀਵਨ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਮਾਹੌਲ ਵਿੱਚ ਡੂੰਘੇ ਸਾਹ ਲੈਣ। ਇਕੱਲਤਾ ਅਤੇ ਵਾਂਝੇਪਣ ਦੇ ਕੈਦੀ ਨੂੰ ਇਮਾਨਦਾਰ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਾਧਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ। ਵਾਧੂ ਅਤੇ ਨੁਕਸਾਨ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲੋਂ ਬੇਪਰਵਾਹ ਬਣਾਓ ਕਿ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀ। ਆਪਣੀਆਂ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਅਤੇ ਮਿਹਨਤਾਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਰੰਗ ਭਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਮਨੁੱਖੀ ਸੁਭਾਅ ਨੂੰ ਬਦਲੋ ਜੋ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਅਨੰਦ ਨੂੰ ਮੁਲਤਵੀ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਮਨ ਨੂੰ ਮਰੇ ਹੋਏ ਸਿਰੇ ਵਾਂਗ ਆਪਣੇ ਮੋਢੇ 'ਤੇ ਬਿਠਾਉਣ ਵਾਲੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇੱਕਲੇ ਮੋਢੇ 'ਤੇ ਚੁੱਕੋ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਚਾਰ ਕਬਰਾਂ ਜਿੰਨੇ ਡੂੰਘੇ ਟੋਏ ਵਿੱਚ ਦੱਬ ਦਿਓ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੇ ਵਾਇਰਸ ਕਾਰਨ, ਸਾਰੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਨਿਰਾਸ਼ਾ ਦੇ ਛੋਟੇ-ਛੋਟੇ ਫੋੜੇ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਮੀਦ ਦੇ ਬਿਸਤਰੇ 'ਤੇ ਲੇਟਦੇ ਹੀ ਬੇਵੱਸੀ ਦੇ ਦਰਦ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਕਰਦੇ ਸਨ।

ਕਈ ਵਾਰ ਮੁਸੀਬਤ ਵਿੱਚ ਘਿਰੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਉਦਾਸੀਨਤਾ ਇੱਕ ਇਲਾਜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮਨੁੱਖੀ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸ਼ਕਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਕਈ ਵਾਰ ਜ਼ਾਲਮ ਹਾਲਾਤ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਦੇ ਰਾਹ 'ਤੇ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਵਿੱਤੀ ਨੁਕਸਾਨ ਦੁਆਰਾ ਗਰੀਬੀ ਦੇ ਮੌਤ ਦੇ ਬਿਸਤਰੇ 'ਤੇ ਪਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਸਰੀਰ ਤੋਂ ਸਿਹਤ ਦਾ ਵਿਛੋੜਾ ਦਿਨੋ-ਦਿਨ ਤੇਜ਼ ਹੋ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਡਾਕਟਰ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਮਾਫ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਸੰਕੋਤ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਮਹਿਮਾਨ ਹੋਵੇਗੀ। ਹੁਣ ਮੌਤ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰ ਰਿਹਾ ਇਹ ਵਿਅਕਤੀ ਸੋਚਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੰਘਰਸ਼ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਦਾ ਕੋਈ ਫਾਇਦਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਉਸਨੇ ਚਿੰਤਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕੀਤਾ, ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਆਰਾਮ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਸੌਂ ਗਿਆ। ਉਸਦੀ ਆਤਮਾ ਥੱਕ ਗਈ, ਥਕਾਵਟ ਘੱਟਣ ਲੱਗੀ, ਭੁੱਖ ਵਾਪਸ ਆ ਗਈ ਅਤੇ ਤਾਕਤ ਵਧਣ ਲੱਗੀ। ਕੁਝ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ, ਉਸਨੇ ਬੈਸਾਖੀਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਤੁਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਕੁਝ ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਉਸਦੀ ਸਰੀਰਕ ਤਾਕਤ ਨੇ ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਦੇ ਹਥਿਆਰਾਂ ਨਾਲ ਸਰੋਤਾਂ ਦੇ ਪਹਾੜ ਤੋੜ

ਕੇ ਆਪਣੀ ਪੁਰਾਣੀ ਸ਼ਾਨ ਨੂੰ ਬਹਾਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਆਪਣੀ ਚੇਤਨਾ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ, ਇਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੇ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਯਾਦਗਾਰੀ ਪੜਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪਾਰ ਕਰਕੇ ਇਤਿਹਾਸ ਰਚਿਆ। ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਨੁਕਸਾਨ ਦੀ ਕੀਮਤ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਨਿਗਲ ਲੈਣ। ਸਫਲਤਾ ਵਾਂਗ, ਨੁਕਸਾਨ ਲਈ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਿਆਰ ਰਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਚੁੱਪਚਾਪ ਸਭ ਤੋਂ ਮਾੜੇ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਸਕੋ। ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ, ਊਰਜਾ ਅਤੇ ਤਾਕਤ ਇਸਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਲਗਾ ਕੇ, ਤੁਸੀਂ ਸਥਿਤੀ ਨੂੰ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਰੁੱਝੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਦੇ ਵੀ ਅਸਫਲਤਾ ਨੂੰ ਉਲਟਾ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਚਮਤਕਾਰ ਕਿਸੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਉੱਪਰੋਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਪਰ ਚਮਤਕਾਰ ਅੰਦਰੋਂ ਫੁੱਟਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸੱਚ ਹੈ ਕਿ ਚਿੰਤਾ ਦੇ ਸਮੇਂ, ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਕੇਂਦਰਿਤ ਨਹੀਂ ਰੱਖ ਸਕਦੇ। ਸਾਡਾ ਮਨ ਇੱਥੇ ਅਤੇ ਉੱਥੇ ਠੋਕਰ ਖਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਇੱਕ ਬਿਹਤਰ ਫੈਸਲੇ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚਣ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਗੁਆ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਮਾਨਸਿਕ ਤਿਆਰੀ ਨਾ ਸਿਰਫ ਮਨ ਨੂੰ ਤਬਾਹ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹਾਦਸਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਧਿਆਨ ਮਾਮਲੇ 'ਤੇ ਵੀ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਹੱਲ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਹੋਇਆ ਹੈ ਉਸ ਨਾਲ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਰਹੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਬਦਕਿਸਮਤੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਕਾਰਨ ਮਾੜੇ ਨਤੀਜਿਆਂ 'ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਅਤੇ ਰਣਨੀਤੀ ਨੂੰ ਛੱਡਣਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸਫਲਤਾ ਨੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨਕਾਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਅਸਫਲਤਾ ਨੂੰ ਇਨਕਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਇੱਛਾ ਸ਼ਕਤੀ ਵੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਮਨ ਦੀ ਸੱਚੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਸਭ ਤੋਂ ਮਾੜੇ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਨਾਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਇਸਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਦਰਦਨਾਕ ਊਰਜਾ ਦੀ ਰਿਹਾਈ। ਕੁਝ ਵੀ ਜਾਣਨਾ ਹਾਲਾਤਾਂ ਦਾ ਮਾਮਲਾ ਹੈ, ਕਿਸਮਤ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਨਹੀਂ, ਅਤੇ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਸ ਕੋਲ ਕਿਸਮਤ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਹੈ,

ਉਹ ਮਾੜੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਬੁੱਧੀ ਅਤੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਮਾੜੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਲਈ ਮਾਨਸਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਉਹ ਨੁਕਸਾਨ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਦੇਖਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਕੀਮਤੀ ਜਾਨਾਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਉਲਝਣਾਂ ਲਈ ਕੁਰਬਾਨ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਾ ਸਿਰਫ ਤਬਾਹੀ ਦੀ ਦਲਦਲ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਆਪਣੀ ਕਿਸਮਤ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕਲਾ ਵੀ ਸਿੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਬਿਸਤਰੇ ਘਬਰਾਹਟ ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨਾਲ ਭਰੇ ਹੋਏ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਜਾਨਾਂ ਗੁਆ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ। ਪੌਸਟ-ਮਾਰਟਮ ਵਿੱਚ, ਇੱਕ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਮਾਈਕ੍ਰੋਸਕੋਪ ਨਾਲ ਇੱਕ ਨਿਊਰੋਲੋਜੀਕਲ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਬਹੁਗਿਣਤੀ ਦੀਆਂ ਨਾੜੀਆਂ ਤੰਦਰੁਸਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇੱਕ ਪਹਿਲਵਾਨ ਦੀਆਂ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਨਿਊਰੋਲੋਜੀਕਲ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰਕ ਅੰਗਾਂ ਦੀ ਅਸਫਲਤਾ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ, ਸਗੋਂ ਨਿਰਾਸ਼ਾ, ਅਸਫਲਤਾ, ਹਾਰ, ਚਿੰਤਾ, ਸੋਗ, ਦੁੱਖ, ਡਰ ਅਤੇ ਡਰ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਪਲੈਟੋ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਡਾਕਟਰਾਂ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਗਲਤੀ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਮਨ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਦਿੱਤੇ ਬਿਨਾਂ ਸਰੀਰ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਸਰੀਰ ਅਤੇ ਮਨ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਵੱਖ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਨਾ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਵੱਖਰਾ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਧਿਆਤਮਿਕ ਸਿਹਤ ਲਈ, ਅੱਲ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਪੂਰਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਖੋ, ਪੂਜਾ ਅਤੇ ਪੂਜਾ ਨੂੰ ਇੱਕ ਨਿਯਮਤ ਅਭਿਆਸ ਬਣਾਓ, ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਲਈ, ਡੂੰਘੀ, ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਨੀਂਦ ਲਓ। ਚੰਗੇ ਸੰਗੀਤ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣੋ, ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਹਾਸੇ-ਮਜ਼ਾਕ ਵਾਲੇ ਪਾਸੇ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੋ। ਹਾਸਾ, ਮੁਸਕਰਾਹਟ ਅਤੇ ਹਾਸਾ ਇੱਕ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਜੀਵਨ ਦੇ ਰੰਗ ਹਨ, ਅਤੇ ਚੰਗੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਰਹਿਣਾ ਹਾਲਾਤਾਂ ਦੇ ਜ਼ਖਮਾਂ 'ਤੇ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਮਲਮ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ।

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

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



ਦਯੋਰੇ 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



JATINDER SINGH



CST # 207524-40

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



LOWEST AIRFARES FROM USA TO INDIA

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

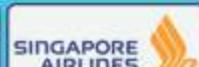
ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਤੇ ਵੀ ਟਿਕਟ ਨਾ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਇਕ ਵਾਰ ਫੋਨ ਕਰੋ
ਅਸੀਂ ਸਾਰੀਆਂ ਏਅਰਲਾਈਨਜ਼ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।



(510) 797-9010

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

Website: www.legendamerica.net



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

ਸਿਰਫ ਇਕ ਕਾਲ - ਵੱਡੀ ਬੱਚਤ

510-706-1300

singhsolarusa@gmail.com

REALTY
UNPLUGGED

ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਮੁਨਾਫ਼ਾ \$



ਸਮਝਦਾਰ NRI ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਨੇ 2024 ਵੱਚਿ ਭਾਰਤੀ ਰੀਅਲ ਅਸਟੇਟ ਵੱਚਿ \$13 ਬਲੀਅਨ ਲਗਾਏ—ਕਉਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਸੀ:

ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਲਰ + ਭਾਰਤ ਦੀ ਤਰੱਕੀ = ਪੀੜ੍ਹੀਆਂ ਦੀ ਦੌਲਤ

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਲਰ ਬਾਹਰ 4% ਕਮਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਭਾਰਤ 18-20% ਦੰਦਿਦਾ ਹੈ

- 7.2% GDP ਵਾਧਾ - ਦੁਨੀਆਂ ਦੀ 3.1% ਨਾਲੋਂ ਦੁੱਗਣਾ ਤੇਜ਼
- 3.48 ਲੱਖ ਹੁਨਰਮੰਦ ਭਾਰਤੀ 2024 ਵੱਚਿ ਵਾਪਸ ਆਏ
- \$70 ਬਲੀਅਨ+ ਵਦਿਸ਼ੀ ਨਵਿਸ਼ - ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਭਰੋਸਾ ਭਾਰਤ ਉੱਤੇ

ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਨਵਿਸ਼ ਦੇ ਰਾਹ

ਨਵਿਸ਼ ਦੀ ਕਸਿਮ	ਸਾਲਾਨਾ ਮੁਨਾਫ਼ਾ	ਕਸਿ ਲਈ ਢੁਕਵਾਂ
ਵਕਿਸਸ਼ੀਲ ਇਲਾਕਿਆਂ ਦੀ ਜ਼ਮੀਨ	18-20% ਵਾਧਾ	ਲੰਮੀ ਮਿਆਦ ਦੀ ਦੌਲਤ
ਨਰਿਮਾਣ ਅਧੀਨ ਪ੍ਰੀਮੀਅਮ ਫਲੈਟ	16-18% ਵਾਧਾ	ਪੂੰਜੀ ਵਾਧਾ
ਸਟੂਡੀਓ ਅਪਾਰਟਮੈਂਟ	7-9% ਕਿਰਾਇਆ + 7-9% ਵਾਧਾ	ਨਿਯਮਿਤ ਆਮਦਨ
ਪ੍ਰੀ-ਲੀਜ਼ਡ ਕਮਰਸ਼ੀਅਲ	6-8% ਕਿਰਾਇਆ + 6-8% ਵਾਧਾ	ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਿਵੇਸ਼

ਨਵਿਸ਼ ਸੀਮਾ: \$100,000 ਤੋਂ \$1,000,000 ਤੱਕ — ਸਮੇਂ ਦੀ ਕੋਈ ਪਾਬੰਦੀ ਨਹੀਂ।

147 NRI ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦਾ ਭਰੋਸਾ - Realty Unplugged

ਸਾਡੇ ਸਫਲਤਾ ਦੇ ਕਿੱਸੇ:

2017 ਗੁੜਗਾਂਵ:
7 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ 3 ਗੁਣਾ ਮੁਨਾਫ਼ਾ

2020 ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ:
4 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਦੁੱਗਣਾ ਵਾਧਾ

2022 ਪੁਣੇ:
2 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ 58% ਵਾਧਾ

ਆਪਣੇ ਭਵੱਖਿ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ - ਅੱਜ ਹੀ!

Call : +91 73038-88722

Subhiney Chabra : +91 97802-06080



Let's Start!

ਤੁਸੀਂ ਅਮਰੀਕਾ ਵੱਚਿ । ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਇਦਾਦ ਭਾਰਤ ਵੱਚਿ ।
ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ, ਹੱਥ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨੀ ਢਾਲ।

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**



ਆਸਟਰੇਲੀਆ 'ਚ ਹੋਣ ਦੂਜੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਆ ਕੇ ਵੱਸੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਵਿਰੋਧ

ਮੈਲਬੌਰਨ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਆਸਟਰੇਲੀਆ 'ਚ ਹੋਣ ਦੂਜੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਆ ਕੇ ਵੱਸੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਭਾਰਤੀਆਂ ਦਾ। ਇਸ ਸੰਬੰਧੀ ਆਸਟਰੇਲੀਆਈ ਦੇ ਇੱਕ ਕੱਟੜਪੰਥੀ ਨੇਤਾ ਥਾਮਸ ਸੇਵੇਲ ਨੇ ਦੂਜੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਆ ਕੇ ਵੱਸੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਛੱਡਣ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਸੇਵੇਲ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਅਸੀਂ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਕਿ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਭਾਰਤ ਜਾਂ ਸੁਡਾਨ ਬਣੇ।" ਸੇਵੇਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਭਾਰਤੀਆਂ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਛੱਡ ਦੇਣਾ

ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਸਿਰਫ ਗੋਰਿਆਂ ਦਾ ਹੈ। ਉਸਨੇ ਭਾਰਤੀਆਂ ਨੂੰ ਘਟੀਆ ਕਿਹਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੱਢਣ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ। ਮੈਲਬੌਰਨ ਦੀ ਇੱਕ ਅਦਾਲਤ ਦੇ ਬਾਹਰ, ਸੇਵੇਲ ਨੇ ਭਾਰਤੀਆਂ ਨੂੰ ਪੀਆਰ ਦੇਣ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕੀਤਾ। ਉਸਨੇ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਨੂੰ ਤੀਜੀ ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਦੇਸ਼ ਬਣਨ ਤੋਂ ਰੋਕਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਸਿਵੇਲ ਦੇ ਸੰਗਠਨ, ਨੈਸ਼ਨਲ ਸੋਸ਼ਲਿਸਟ ਨੈੱਟਵਰਕ, 'ਤੇ ਆਸਟਰੇਲੀਆਈ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਪਾਬੰਦੀ ਲਗਾਈ ਹੋਈ



ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਸਿਵੇਲ ਦਿੰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਉੱਥੇ ਹੀ ਅਕਸਰ ਹੀ ਨਸਲਵਾਦੀ ਬਿਆਨ ਆਸਟਰੇਲੀਆਈ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਸੇਵੇਲ ਦੇ

ਬਿਆਨ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਵਿੱਚ ਰਹਿ ਰਹੇ 2 ਲੱਖ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪੰਜਾਬੀ ਸਿੱਖਾਂ ਅਤੇ 10 ਲੱਖ ਭਾਰਤੀਆਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਭਰੋਸਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਗ੍ਰਹਿ ਮੰਤਰੀ ਟੋਨੀ ਬਰਕ ਨੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਨਫਰਤ ਨੇ ਫੈਲਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ 'ਤੇ ਨਵੇਂ ਨਫਰਤ ਭਰੇ ਭਾਸ਼ਣ ਕਾਨੂੰਨ ਤਹਿਤ ਮੁਕੱਦਮਾ ਚਲਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਥਾਮਸ ਸੇਵੇਲ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਵਿੱਚ ਨਸਲਵਾਦ ਅਤੇ ਕੱਟੜਤਾ ਦਾ ਚਿਹਰਾ ਹੈ। ਗ੍ਰਹਿ ਮੰਤਰੀ ਟੋਨੀ ਬਰਕ ਨੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਦੀ ਪਛਾਣ ਇਸਦੀ

ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਫਰਤ ਫੈਲਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਕੋਈ ਜਗ੍ਹਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਵਾਦ ਉਸ ਸਮੇਂ ਆਇਆ ਹੈ ਜਦੋਂ ਆਸਟਰੇਲੀਆਈ ਸਰਕਾਰ 'ਨਫਰਤ ਭਰੇ ਭਾਸ਼ਣ' ਖਿਲਾਫ ਨਵੇਂ ਕਾਨੂੰਨ ਲਾਗੂ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਦੱਸ ਦਈਏ ਕਿ ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨਿਊਜ਼ੀਲੈਂਡ 'ਚ ਵੀ ਦੂਜੇ ਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਆ ਕੇ ਵੱਸੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਹੋਇਆ ਸੀ ਅਤੇ ਨਿਊਜ਼ੀਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਦੋ ਵਾਰ ਨਗਰ ਕੀਰਤਨ ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਗਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਭਾਰਤੀਆਂ ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਛੱਡਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਸੀ।

ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮਾਰਕ ਕਾਰਨੀ ਆਉਣਗੇ ਭਾਰਤ

ਓਟਵਾ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮਾਰਕ ਕਾਰਨੀ ਭਾਰਤ ਆ ਰਹੇ ਹਨ ਹਨ। ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਦਾ ਇਹ ਦੌਰਾ ਵਪਾਰ, ਊਰਜਾ, ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਅਤੇ ਰੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਕਾਮਿਆਂ ਅਤੇ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਲਈ ਨਵੇਂ ਮੌਕੇ ਖੋਲ੍ਹਣ ਲਈ ਨਵੀਆਂ ਭਾਈਵਾਲੀ ਬਣਾਉਣ ਸਬੰਧੀ ਹੋਵੇਗਾ। ਭਾਰਤ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕਾਰਨੀ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਅਤੇ ਜਾਪਾਨ ਵੀ ਜਾਣਗੇ। ਕਾਰਨੀ 26 ਫਰਵਰੀ ਤੋਂ 7 ਮਾਰਚ, 2026 ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਿੰਨਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦਾ ਦੌਰਾ ਕਰਨਗੇ। ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਕਾਰਨੀ ਪਹਿਲਾਂ ਮੁੰਬਈ, ਫਿਰ ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, (ਭਾਰਤ)

ਆਉਣਗੇ, ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਉਹ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਵੀ ਕਰਨਗੇ। ਨੇਤਾ ਵਪਾਰ, ਊਰਜਾ, ਤਕਨਾਲੋਜੀ ਅਤੇ ਆਰਟੀਫੀਸ਼ੀਅਲ ਇੰਟੈਲੀਜੈਂਸ (ਏਆਈ), ਪ੍ਰਤਿਭਾ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰ, ਅਤੇ ਰੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਨਵੀਆਂ ਭਾਈਵਾਲੀ ਦੇ ਨਾਲ, ਕੈਨੇਡਾ-ਭਾਰਤ ਸਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਉੱਚਾ ਚੁੱਕਣ ਅਤੇ ਵਧਾਉਣ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਨਗੇ। ਉਹ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਨਿਵੇਸ਼ ਦੇ ਮੌਕਿਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਦੋਵਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਨਵੀਂ ਭਾਈਵਾਲੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵਪਾਰਕ ਨੇਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨਗੇ। ਦੱਸ ਦਈਏ ਕਿ ਇਸ ਵਾਰ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਦੇ ਦੌਰੇ 'ਚ



ਪੰਜਾਬ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੈ ਉਹ ਸਿਫਰ ਮੁੰਬਈ ਅਤੇ ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ ਹੀ ਆਉਣਗੇ। ਮੰਨਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਾਰਨੀ ਸਰਕਾਰ ਭਾਰਤ ਦੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੱਖੋਂ ਨਾਰਾਜ਼ਗੀ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਧਰਤੀ ਤੇ

ਹੈ। ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਫਿਰ ਸਿਡਨੀ ਅਤੇ ਕੈਨਬਰਾ, ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਕਰਨਗੇ, ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਐਂਥਨੀ ਅਲਬਾਨੀਜ਼ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਮੁੰਦਰੀ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਖਣਿਜ, ਵਪਾਰ ਅਤੇ ਉੱਨਤ ਤਕਨਾਲੋਜੀਆਂ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਐਮੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, 'ਤੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨੂੰ ਹੋਰ ਡੂੰਘਾ ਕਰਨਗੇ। ਉਹ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਦੀ ਸੰਸਦ ਦੇ ਦੋਵਾਂ ਸੰਬੰਧਨ ਕਰਨਗੇ - ਲਗਭਗ 20 ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਦੁਆਰਾ ਪਹਿਲਾ ਅਜਿਹਾ ਸੰਬੰਧਨ ਹੋਵੇਗਾ। ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਕਾਰਨੀ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਨਵੀਂ ਪੂੰਜੀ

ਆਕਰਸ਼ਿਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਨਾਲ ਦੋ-ਪੱਖੀ ਵਪਾਰ ਅਤੇ ਨਿਵੇਸ਼ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਲਈ ਵਪਾਰਕ ਨੇਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਨਿਵੇਸ਼ਕਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨਗੇ। ਟੋਕੀਓ, ਜਾਪਾਨ ਵਿੱਚ, ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਕਾਰਨੀ ਸਾਫ਼ ਊਰਜਾ, ਉੱਨਤ ਨਿਰਮਾਣ, ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਖਣਿਜਾਂ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਆਪਸੀ ਨਿਵੇਸ਼ ਅਤੇ ਭਾਈਵਾਲੀ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਤਾਕਾਚੀ ਸਨੋ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨਗੇ। ਨੇਤਾ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਰੱਖਿਆ 'ਤੇ ਸਾਂਝੇ ਯਤਨਾਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ 'ਤੇ ਵੀ ਚਰਚਾ ਕਰਨਗੇ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਆਜ਼ਾਦ ਅਤੇ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਇੰਡੋ-ਪੈਸੀਫਿਕ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਨਾਨਕਸਰ ਫਰਿਜ਼ਨੋ ਵਿਖੇ ਸਲਾਨਾ ਅਖੰਡ ਪਾਠਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਦੇ ਸਮਾਪਤੀ 'ਤੇ ਮਹਾਨ ਕੀਰਤਨ ਸਮਾਗਮ ਹੋਏ

ਫਰਿਜ਼ਨੋ
ਕੁਲਵੰਤ ਧਾਲੀਆਂ, ਨੀਟਾ ਮਾਛੀਕੇ

ਹਰ ਸਾਲ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੰਨ-ਪੰਨ ਬਾਬਾ ਨੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਅਤੇ ਪੰਨ-ਪੰਨ ਬਾਬਾ ਈਸ਼ਰ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨਾਨਕਸਰ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਨਿੱਘੀ ਯਾਦ ਅੰਦਰ ਵਰੋਸਾਏ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਨਾਨਕਸਰ ਫਰਿਜ਼ਨੋ, ਕੈਲੇਫੋਰਨੀਆਂ ਵਿਖੇ ਲਗਾਤਾਰ ਚਲ ਰਹੀ ਅਖੰਡ ਪਾਠਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਦੌਰਾਨ ਸਲਾਨਾ ਮਹਾਨ ਗੁਰਮਤਿ ਕੀਰਤਨ ਸਮਾਗਮ ਕਰਵਾਏ ਗਏ। ਜਿਸ ਦੌਰਾਨ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੀਰਤਨੀ ਜੱਥਿਆਂ ਅਤੇ ਧਰਮ ਪ੍ਰਚਾਰਕ ਬੁੱਧੀ ਜੀਵੀਆਂ ਨੇ ਸੰਗਤਾਂ ਨਾਲ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚਾਰਾ ਦੀ ਸਾਂਝ ਪਾਈ।

ਜਿਸ ਦੌਰਾਨ ਅਖੰਡ ਪਾਠ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਭੋਗ ਉਪਰੰਤ ਗੁਰਬਾਣੀ ਕੀਰਤਨ ਅਤੇ ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚਾਰਾ ਹੋਈਆ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਗੁਰੂਘਰ ਦੇ ਹਜ਼ੂਰੀ ਕੀਰਤਨੀ ਜੱਥੇ ਵਿੱਚ ਭਾਈ ਹਰਭਜਨ ਸਿੰਘ ਜੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕੀਰਤਨੀ ਜੱਥਿਆਂ ਨੇ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ। ਇਸੇ ਦੌਰਾਨ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਦੁਆਰਾ ਸ਼ਬਦ ਗਾਇਨ ਕੀਤੇ ਗਏ। ਜਦ ਕਿ ਇਸ ਸਮਾਗਮ ਦੀ ਖਾਸ ਗੱਲ ਇਹ ਵੀ ਰਹੀ ਕਿ ਖਾਸ ਤੌਰ ਤੇ ਭਾਈ ਹਰਭਜਨ ਸਿੰਘ ਯੋਗੀ ਦੁਆਰਾ ਵਰੋਸਾਏ ਗੋਰਿਆਂ ਦੇ ਕੀਰਤਨੀ ਜੱਥੇ ਨੇ ਨਿਰੋਲ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਨਿਹਾਲ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਸਮਾਗਮ ਦੌਰਾਨ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੰਜਾਬ ਤੋਂ ਪਹੁੰਚੇ ਭਾਈ ਦਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸੋਢੀ ਦੇ



ਕੀਰਤਨੀ ਜੱਥੇ ਨੇ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਜੋੜਿਆ। ਜਦ ਕਿ ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਤੇ ਇਤਿਹਾਸ ਨਾਲ ਹੋਰ ਵੀ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬੁਲਾਰਿਆਂ ਨੇ

ਆਪਣੀ ਹਾਜ਼ਰੀ ਭਰੀ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਦਾ ਮਹੌਲ ਇੱਕ ਧਾਰਮਿਕ ਸਮਾਗਮ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਮੇਲੇ ਵਾਂਗ ਲੱਗ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਗੁਰੂ ਦੇ ਸੁਆਦਿਸ਼ਟ ਲੰਗਰਾਂ ਵਿੱਚ ਮਿਠਾਈਆਂ, ਜਲੇਬੀਆਂ, ਸਮੋਸੇ, ਪਕੌੜੇ, ਜੂਸ਼ ਅਤੇ ਸੰਤਰੇ ਦੇ ਤਾਜ਼ੇ ਜੂਸ਼ ਆਦਿਕ ਅਤੁੱਟ ਵਰਤ ਰਹੇ ਸਨ। ਸਮੁੱਚੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੌਰਾਨ ਸੰਗਤਾਂ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਜੀ ਨਾਲ ਘੱਟ ਅਤੇ ਲੰਗਰਾਂ ਦੇ ਵਿੱਚ ਜੁੜੀਆਂ ਵੱਧ ਨਜ਼ਰ ਆ ਰਹੀਆਂ ਸਨ। ਇੱਥੇ ਸਮਾਗਮ ਦੌਰਾਨ ਸੰਗਤਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ-ਆਪਣੀ ਸਰਧਾ ਅਨੁਸਾਰ ਗੁਰਬਾਣੀ, ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚਾਰਾ ਅਤੇ ਚਲ ਰਹੇ ਸੁਆਦਿਸ਼ਟ ਲੰਗਰਾਂ ਦਾ ਅਨੰਦ ਮਾਣਿਆ। ਇਸ ਅਖੰਡਪਾਠਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਵਿੱਚ ਸਮੁੱਚੇ ਇਲਾਕੇ ਦੀਆਂ

ਸੰਗਤਾਂ ਨੇ ਮਨ, ਤਨ ਅਤੇ ਧਨ ਨਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਿਭਾਈਆ। ਇੱਥੇ ਇਹ ਗੱਲ ਵਰਨਣਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਪਾਠਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਪਿਛਲੇ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਲਗਾਤਾਰ ਚੱਲ ਰਹੀ ਸੀ। ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸਿੱਖ ਕੌਮ ਦੇ ਮਹਾਨ ਕੀਰਤਨੀਏ ਅਤੇ ਪ੍ਰਚਾਰਕ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਅਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਉਪਰਾਲੇ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਸਮੁੱਚੇ ਸਮਾਗਮ ਦੌਰਾਨ ਸੰਗਤਾਂ ਦੇ ਭਾਰੀ ਇਕੱਠ ਨੇ ਬੜੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਅਤੇ ਸ਼ਰਧਾ ਨਾਲ ਹਾਜ਼ਰੀਆਂ ਭਰੀਆਂ। ਅੰਤ ਸਰਬੱਤ ਦੇ ਭਲੇ ਦੀ ਅਰਦਾਸ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਗੁਰਸਿੱਖੀ ਅਤੇ ਸਾਂਝੀਵਾਲਤਾ ਦਾ ਸੁਨੇਹਾ ਦਿੰਦਾ ਹੋਇਆਂ ਇਹ ਸਮਾਗਮ ਬੜੀ ਸ਼ਰਧਾ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਯਾਦਗਾਰੀ ਹੋ ਨਿਬੜਿਆ।

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

ਪਬਲਿਕ ਹਿਤ ਵਿਚ ਸੂਚਨਾ

ਜਿੱਥੇ ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਇਹ ਅਵਾਜ਼ 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 ਹਾਂ 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

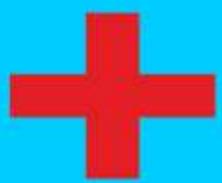
ਮੇਰੇ ਵੱਲੋਂ ਸਿਹਤ ਵਿਗਿਆਨ ਦੀ ਲੜੀਵਾਰ ਸੀਰੀਜ਼ ਸੁਣਨ ਲਈ ਮੇਰਾ ਯੂ ਟਿਊਬ ਚੈਨਲ, <https://youtu.be/-DUhK3cACEU> SabRangstation.com ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੋਂ 6 ਵਜੇ ਤੱਕ ਰੇਡੀਓ ਸਭਰੰਗ ਰੇਡੀਓ ਪਰਵਾਜ਼ ਯੂ ਟਿਊਬ ਅਤੇ ਫੇਸਬੁੱਕ ਉੱਪਰ ਸੋਮਵਾਰ ਰੇਡੀਓ ਪੰਜਾਬ 1310 AM ਸ਼ਾਮ 3.35 ਤੋਂ 3.55 ਪੰਜਾਬੀ ਵਿੱਚ 4.35 ਤੋਂ 4.55 ਹਿੰਦੀ ਵਿੱਚ, ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਟੀਵੀ ਸੋਮਵਾਰ,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



Presents



Organizers



Dr. Rajinder Rikhi
President

81463-20009



Dhvani Mehra
Sr. Vice President

JASPAL BHATTI AWARDS

AWARDEES FOR 14TH JASPAL BHATTI



B.N Sharma



Monika Malik



Jazim Sharma



Shekharr



Deepak Maini



Parmod Sharma Rana



Rajan Sharma



Dr. K.S Paras



Amandeep Kaur



Dr. Vijay Garg

Special Guest

Special Thanks



Shammi Choudhary
Patron



Rtn. Dalbir Singh Makkar

Date : **1st March 2026**

Time : **4:30 pm onwards**

Venue : **Ishmeet Singh Music Institute
Rajguru Nagar, Ludhiana**





RE/MAX
EXECUTIVE

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

Kirandeep Kaur

Realtor®

CaIDRE # 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

ਈਰਾਨ ਵਿੱਚ ਫੌਜ ਦਾ ਹੈਲੀਕਾਪਟਰ ਕ੍ਰੈਸ਼ 4 ਦੀ ਮੌਤ, ਦੂਰ ਤੱਕ ਫੈਲਿਆ ਮਲਬਾ



ਈਰਾਨ 'ਚ ਜੰਗ ਦੇ ਮਾਹੌਲ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਫੌਜ ਦਾ ਇੱਕ ਹੈਲੀਕਾਪਟਰ ਇਸਫਹਾਨ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਕਰੈਸ਼ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਫੌਜ ਦਾ ਇਹ ਹੈਲੀਕਾਪਟਰ ਇੱਕ ਫਲਾਂ ਦੀ ਥੋਕ ਮਾਰਕੀਟ ਵਿੱਚ ਡਿੱਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਹਾਦਸੇ ਵਿੱਚ ਹੁਣ ਤੱਕ 4 ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਦੀ ਖ਼ਬਰ ਹੈ। ਇਸਫਹਾਨ ਸੂਬੇ ਵਿੱਚ ਹੈਲੀਕਾਪਟਰ ਦਾ ਮਲਬਾ ਫੈਲ ਗਿਆ ਹੈ। ਮੀਡੀਆ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਹੈਲੀਕਾਪਟਰ ਈਰਾਨੀ ਫੌਜ ਦੀ ਐਵੀਏਸ਼ਨ ਯੂਨਿਟ ਦਾ ਸੀ ਅਤੇ ਇਹ ਇਸਫਹਾਨ ਸੂਬੇ ਦੇ ਖੋਮੇਨੀ ਸ਼ਾਹਰ ਕਾਉਂਟੀ ਦੇ ਦਾਰਚੇਹ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਫਲ-ਸਬਜ਼ੀ ਮਾਰਕੀਟ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ



ਕਰੈਸ਼ ਹੋ ਗਿਆ। ਇਸ ਦੁਰਘਟਨਾ ਵਿੱਚ ਪਾਇਲਟ ਅਤੇ ਸਹਿ-ਪਾਇਲਟ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ। ਵਾਇਰਲ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਵੀਡੀਓਜ਼ 'ਚ ਬਾਜ਼ਾਰ 'ਚ ਹੈਲੀਕਾਪਟਰ ਦਾ ਮਲਬਾ ਅਤੇ ਧੂੰਆਂ

ਉੱਠਦਾ ਹੋਇਆ ਨਜ਼ਰ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਈਰਾਨ ਦੀ ਅਰਧ-ਸਰਕਾਰੀ ਸਮਾਚਾਰ ਏਜੰਸੀ ਅਨੁਸਾਰ ਬਾਜ਼ਾਰ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋਈ ਹੈ।

ਸੋਨੇ ਅਤੇ ਚਾਂਦੀ ਦੀਆਂ ਕੀਮਤਾਂ 'ਚ ਫੇਰ ਆਈ ਤੇਜ਼ੀ



ਅੱਜ ਯਾਨੀ 24 ਫਰਵਰੀ ਨੂੰ ਸੋਨੇ ਅਤੇ ਚਾਂਦੀ ਦੀ ਕੀਮਤ ਵਿੱਚ ਫੇਰ ਤੇਜ਼ੀ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲ ਰਹੀ ਹੈ। ਇੰਡੀਆ ਬੁਲੀਅਨ ਐਂਡ ਜਵੈਲਰਜ਼ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, 24 ਕੈਰੇਟ ਸੋਨੇ ਦੇ 10 ਗ੍ਰਾਮ ਦੀ ਕੀਮਤ 1,283 ਰੁਪਏ ਵਧ ਕੇ 1,59,503 ਰੁਪਏ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਗਈ ਹੈ।



2,64,075 ਰੁਪਏ ਪ੍ਰਤੀ ਕਿਲੋ ਸੀ। ਕੱਲ੍ਹ ਵੀ ਚਾਂਦੀ 13 ਹਜ਼ਾਰ ਰੁਪਏ ਮਹਿੰਗੀ ਹੋ ਗਈ ਸੀ। ਯਾਨੀ ਕਿ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ 16 ਹਜ਼ਾਰ ਰੁਪਏ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਧੀ ਹੈ। ਇਸ ਸਾਲ, ਸੋਨੇ ਅਤੇ ਚਾਂਦੀ ਦੀਆਂ ਕੀਮਤਾਂ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਉਤਰਾਅ-ਚੜ੍ਹਾਅ ਹੋ ਰਹੇ

ਹਨ। 2026 ਵਿੱਚ ਹੁਣ ਤੱਕ ਸੋਨੇ ਵਿੱਚ 26,000 ਅਤੇ ਚਾਂਦੀ ਵਿੱਚ 36,000 ਦਾ ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ, 29 ਜਨਵਰੀ ਨੂੰ ਸੋਨਾ 1.76 ਲੱਖ ਅਤੇ ਚਾਂਦੀ 3.86 ਲੱਖ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਚੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਗਈ ਸੀ।

ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਨਾਮੀ ਕਲਾਕਾਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਾਪਸ ਬਾਜ਼ਵਾ ਦਾ ਦਾਅਵਾ, ਸਰਕਾਰ 'ਤੇ ਲਾਇਆ ਗੰਭੀਰ ਦੋਸ਼



ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਨਾਮੀ ਗਾਇਕ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਾਪਸ ਲੈਣ ਉੱਤੇ ਵਿਰੋਧੀ ਧਿਰ ਦੇ ਨੇਤਾ ਪ੍ਰਤਾਪ ਸਿੰਘ ਬਾਜ਼ਵਾ ਮਾਨ ਸਰਕਾਰ ਤੇ ਭੜਕੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਟਵੀਟ ਕਰਕੇ ਦਾਅਵਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਇੱਕ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਗਾਇਕ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਿਰਫ਼ ਇਸ ਲਈ ਵਾਪਸ ਲੈ ਲਈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਨੇ ਵਿਰੋਧੀ ਧਿਰ ਦੇ ਆਗੂ ਸੁਖਬੀਰ ਸਿੰਘ ਬਾਦਲ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਬਾਜ਼ਵਾ ਅਨੁਸਾਰ ਇਹ ਕਾਰਵਾਈ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਪੁਲਿਸ ਅਤੇ



ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨਿਕ ਢਾਂਚਾ ਸਿਰਫ਼ ਇਕ

ਮਾਨ) ਨੂੰ ਖੁਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਵਿਅਕਤੀ (ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਭਗਵੰਤ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਕੈਲਗਰੀ 'ਚ ਪੰਜਾਬੀ ਮੂਲ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਘਰ 'ਤੇ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਪੁਲਿਸ ਜਬਰਨ ਵਸੂਲੀ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ ਸਬੰਧਾਂ ਦੀ ਕਰ ਰਹੀ ਜਾਂਚ



ਕੈਲਗਰੀ ਦੇ ਸਵਾਨਾ ਪਾਰਕ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਦੀ ਘਟਨਾ ਸਾਹਮਣੇ ਆਈ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀ ਮੂਲ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਲਵਜੀਤ ਸੰਧੂ ਦੇ ਘਰ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇੰਟਰਨੈੱਟ 'ਤੇ ਵਾਇਰਲ ਹੋ ਰਹੀ ਇੱਕ ਵੀਡੀਓ ਵਿੱਚ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਵੱਲ ਗੋਲੀਆਂ ਚਲਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਦੇਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।



ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਕਈ ਰਾਉਂਡ ਫਾਇਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਨ, ਪਰ ਜ਼ਖਮੀਆਂ ਜਾਂ ਜਾਇਦਾਦ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਬਾਰੇ ਅਜੇ ਤੱਕ ਕੋਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਰੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਦੱਸਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਸ਼ੱਕੀ ਮੌਕੇ ਤੋਂ ਫਰਾਰ ਹੋ ਗਿਆ ਅਤੇ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਜਾਂਚ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਘਟਨਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਕਥਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਰਜ਼ੂ ਬਿਸ਼ਨੋਈ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਇੱਕ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਪੋਸਟ ਆਨਲਾਈਨ ਵਾਇਰਲ ਹੋਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਹਮਲੇ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਲਈ ਗਈ ਹੈ।

ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਵਿਰੋਧੀਆਂ ਨੂੰ ਚੇਤਾਵਨੀਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਸੀ.ਬੀ.ਸੀ. ਨਿਊਜ਼ ਅਨੁਸਾਰ, ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਜਾਂਚ ਜਾਰੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਦੇ ਦਾਅਵਿਆਂ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਬੰਧ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਰ ਫੋਰੈਂਸਿਕ ਜਾਂਚ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਦੱਸਿਆ: "2025 ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ ਸ਼ਹਿਰ ਵਿੱਚ ਜਬਰਨ ਵਸੂਲੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ 28 ਘਟਨਾਵਾਂ ਦਰਜ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ 13 ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਸਨ।" ਕੈਲਗਰੀ ਪੁਲਿਸ ਸਰਵਿਸ ਦੇ ਡਿਪਟੀ ਚੀਫ ਆਸਿਫ ਰਾਸ਼ਿਦ ਨੇ ਸੋਮਵਾਰ ਨੂੰ ਇੱਕ ਬ੍ਰੀਫਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਪੱਤਰਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ, "ਜਦੋਂ ਵੀ

ਸੜਕਾਂ 'ਤੇ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਚਿੰਤਤ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।" ਇਹ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਵੀਕੈਂਡ ਦੌਰਾਨ ਉੱਤਰ-ਪੂਰਬੀ ਕੈਲਗਰੀ ਵਿੱਚ ਵਾਪਰੀਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੋ ਘਟਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਸੀ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਪੁਲਿਸ ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ ਦੱਖਣੀ ਏਸ਼ੀਆਈ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾ ਕੇ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਜਬਰਨ ਵਸੂਲੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹਿੰਸਾ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਐਤਵਾਰ ਨੂੰ ਇੱਕ ਹੋਰ ਘਰ 'ਤੇ ਕਥਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੋਸ਼ੀ ਚਿੱਟੇ ਰੰਗ ਦੀ ਸੋਫਾ ਕਾਰ ਵਿੱਚ ਫਰਾਰ ਹੋ ਗਏ ਸਨ।

GILL INSURANCE AGENCY

Specialize in: CROP INSURANCE

We also Specialize in:
 Hotel, Motel, Gas Station,
 Liquor Stores, Apartments,
 Any kind of Commercial Property

Nationwide Agribusiness

Thank you for making us the #1 farm insurance

We do 48 States

Avtar Singh Gill

Harry Singh Gill

- Largest crop insurance in Nation
- We work with 100+ admitted insurance carrier

Toll Free
1-800-348-2767
Harry Gill
(559) 352-9222 Cell

2452, West Tahoe Avenue, Caruthers, CA-93609

Space available for Ad

Contact # +1 (209) 303-1260



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

ਆਪਣੇ ਇਮੀਗਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੰਮ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਮਿਲੋ

HOPE

— IMMIGRATION —

Where Hope Meets

IMMIGRATION OPPORTUNITIES

USA SERVICES :

INDIAN SERVICES :

CITIZENSHIP

Passport

GREEN CARD & PETITION

VISA

AFFIDAVIT OF SUPPORT

OCI CARD

WORK PERMIT RENEW

RENUNCIATION

STUDENT VISA & TRANSFER

POWER OF ATTORNEY

TOURIST VISAS

LEGAL DOCUMENTS ATTESTATIONS

NOTARY SERVICES

WE CAN HELP YOU WORK AND SETTLE IN COUNTRIES WORLDWIDE ALSO

ਅਮਰੀਕਾ ਜਾਂ INDIA ਦੀ Immigration ਜਾਂ Legal Document Services ਲਈ **HOPE IMMIGRATION** ਕੋਲ ਆਓ

ਅਸੀਂ ਤਜਰਬੇਕਾਰ ਇਮੀਗਰੇਸ਼ਨ ਵਕੀਲਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਵਾ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ : (916) 518-0630



WEBSITE : www.hopeimmigration.net | **Email :** help@hopeimmigration.net

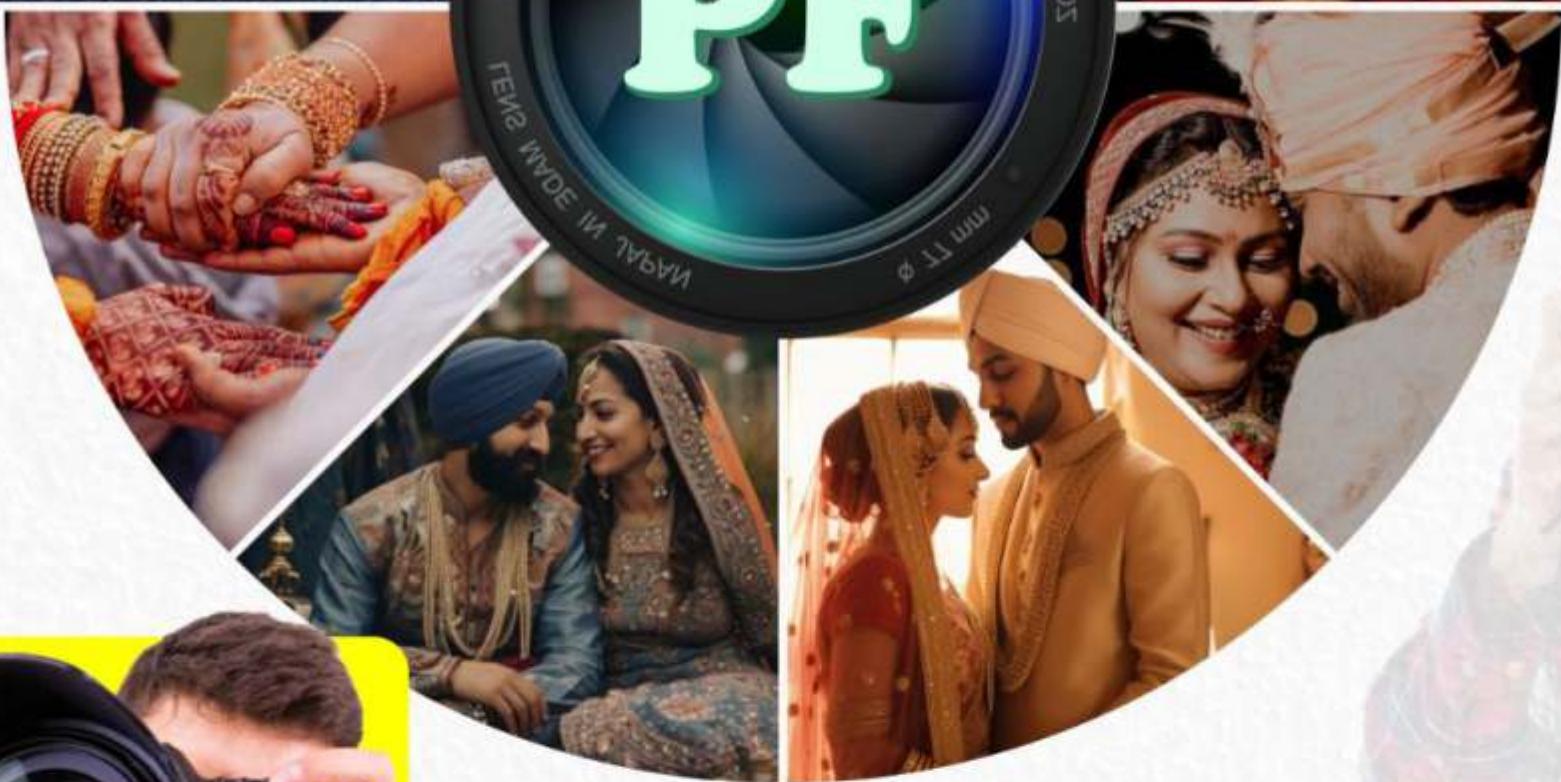
ਅਸੀਂ **California State** ਦੇ **Bonded Immigration Consultant** ਹਾਂ

ADDRESS : 2953 W CAPITOL AVE WEST SACRAMENTO, CA 95691

ਮੈਂ ਵਕੀਲ ਨਹੀਂ ਹਾਂ ਅਤੇ ਕੋਈ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸੁਲਾਹ ਨਹੀਂ ਦੇ ਸਕਦਾ

Pal Films Production

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



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

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

palfilms925@gmail.com

www.thepalfilms.com





ਕੈਨੇਡਾ ਵੱਲੋਂ ਤਹੱਵਰ ਹੁਸੈਨ ਰਾਣਾ ਦੀ ਨਾਗਰਿਕਤਾ ਰੱਦ ਕਰਨ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਸ਼ੁਰੂ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮਾਰਕ ਕਾਰਨੀ ਦੇ ਭਾਰਤ ਦੌਰੇ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੱਡਾ ਕਦਮ



ਕੈਨੇਡਾ ਸਰਕਾਰ ਨੇ 2008 ਦੇ ਮੁੰਬਈ ਅੱਤਵਾਦੀ ਹਮਲਿਆਂ ਦੇ ਮੁੱਖ ਸਾਜ਼ਿਸ਼ਕਰਤਾਵਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇੱਕ, ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਮੂਲ ਦੇ ਤਹੱਵਰ ਹੁਸੈਨ ਰਾਣਾ ਦੀ ਨਾਗਰਿਕਤਾ ਰੱਦ ਕਰਨ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਇਹ ਕਦਮ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਨਵੇਂ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮਾਰਕ ਕਾਰਨੀ ਦੇ 26 ਫਰਵਰੀ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਭਾਰਤ ਦੌਰੇ ਤੋਂ ਠੀਕ ਪਹਿਲਾਂ ਚੁੱਕਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਦੋਵਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਸਬੰਧਾਂ ਵਿਚ ਸੁਧਾਰ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਵਜੋਂ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। 64 ਸਾਲਾ ਰਾਣਾ, ਜੋ ਡੇਵਿਡ ਹੈਡਲੀ ਦਾ ਕਰੀਬੀ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਨੂੰ ਅਪ੍ਰੈਲ 2025 ਵਿਚ ਅਮਰੀਕਾ ਤੋਂ ਭਾਰਤ ਹਵਾਲੇ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਉਹ ਫਿਲਹਾਲ ਦਿੱਲੀ ਦੀ ਤਿਹਾੜ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿਚ ਬੰਦ ਹੈ। ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਵਿਭਾਗ (ਆਈ.ਆਰ.ਸੀ.ਸੀ.) ਅਨੁਸਾਰ,



ਰਾਣਾ ਦੀ ਨਾਗਰਿਕਤਾ ਅੱਤਵਾਦ ਦੇ ਦੋਸ਼ਾਂ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਉਸ ਦੀ ਅਰਜ਼ੀ ਵਿਚ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਗਲਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਾਰਨ ਰੱਦ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ। ਜਾਂਚ ਵਿਚ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਹੈ ਕਿ 2000 ਵਿਚ ਨਾਗਰਿਕਤਾ ਲਈ ਅਪਲਾਈ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਰਾਣਾ ਨੇ ਝੂਠੇ ਬੋਲਿਆ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਪਿਛਲੇ ਚਾਰ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਕੈਨੇਡਾ

ਵਿਚ ਰਹਿ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਜਦੋਂਕਿ ਅਸਲ ਵਿਚ ਉਹ ਸ਼ਿਕਾਗੋ (ਅਮਰੀਕਾ) ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਚਲਾ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ 'ਗੰਭੀਰ ਅਤੇ ਜਾਣਬੁੱਝ ਕੇ ਕੀਤੀ ਗਈ ਧੋਖਾਧੜੀ' ਕਰਾਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਮਾਮਲਾ ਹੁਣ ਫੈਡਰਲ ਕੋਰਟ ਵਿਚ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਰਾਣਾ ਦੇ ਵਕੀਲ ਨੇ ਇਸ ਫੈਸਲੇ ਵਿਰੁੱਧ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਹੈ।

ਨਵੀਆਂ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਨੀਤੀਆਂ ਕਾਰਨ ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਕੈਨੇਡਾ ਜਾਣ ਦਾ ਰੁਝਾਨ ਘਟਿਆ

10 'ਚੋਂ ਹਰ 5 ਭਾਰਤੀਆਂ ਦਾ ਵੀਜ਼ਾ ਰੱਦ ਕਰ ਰਿਹਾ ਕੈਨੇਡਾ!



ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਸਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਨਵੀਆਂ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਸਟੱਡੀ ਪਰਮਿਟਾਂ 'ਤੇ ਲਗਾਈ ਗਈ ਲਿਮਿਟ ਕਾਰਨ ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਕੈਨੇਡਾ ਜਾਣ ਦਾ ਰੁਝਾਨ ਘਟਦਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਤਾਜ਼ਾ ਰਿਪੋਰਟ ਅਨੁਸਾਰ, ਸਾਲ 2025 ਵਿਚ ਕੈਨੇਡਾ ਵੱਲੋਂ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕੁੱਲ ਸਟੱਡੀ ਪਰਮਿਟਾਂ ਵਿਚ 25 ਫ਼ੀਸਦੀ ਦੀ ਭਾਰੀ ਗਿਰਾਵਟ ਦਰਜ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਜਦਕਿ ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਲਗਭਗ ਅੱਧੀ (50 ਫ਼ੀਸਦੀ) ਰਹਿ ਗਈ ਹੈ। ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਵਿਭਾਗ (ਆਈ.ਆਰ.ਸੀ.ਸੀ.) ਨੇ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਸੰਕਟ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸਹੂਲਤਾਂ 'ਤੇ ਵਧਦੇ ਦਬਾਅ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ

ਹੋਏ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਸੀਮਤ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਸੀ। ਇਸ ਫੈਸਲੇ ਕਾਰਨ 2025 ਵਿਚ ਪਰਮਿਟਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਵੱਡੀ ਕਮੀ ਆਈ ਹੈ। ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਜੋ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਿੱਖਿਆ ਖੇਤਰ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਹਿੱਸਾ ਸਨ, ਹੁਣ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਕਿਨਾਰਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਜਿੱਥੇ ਪਹਿਲਾਂ ਲੱਖਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਵੀਜ਼ਾ ਜਾਰੀ ਹੁੰਦੇ ਸਨ, ਹੁਣ ਉਹ ਗਿਣਤੀ ਘਟ ਕੇ ਅੱਧੀ ਰਹਿ ਗਈ ਹੈ। ਭਾਰਤੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਮੋਹ ਭੰਗ ਹੋਣ ਦੇ ਕਈ ਕਾਰਨ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ 'ਚ ਮੁੱਖ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੋਸਟ-ਗ੍ਰੈਜੂਏਸ਼ਨ ਵਰਕ ਪਰਮਿਟ (ਪੀ.ਜੀ.ਡਬਲਯੂ.ਪੀ.) ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਵਿਚ ਸਖ਼ਤੀ, ਲਿਵਿੰਗ ਖਰਚਿਆਂ (ਜੀ.ਆਈ.ਸੀ.) ਦੀ ਰਕਮ ਦੁੱਗਣੀ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਵਿੱਤੀ ਬੋਝ ਦਾ ਵਧਣਾ,

ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ ਮਕਾਨਾਂ ਦੇ ਵਧਦੇ ਕਿਰਾਏ ਅਤੇ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਦੀਆਂ ਮਾੜੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਆਦਿ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਦੋਵਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚਾਲੇ ਸਿਆਸੀ ਵਿਵਾਦ ਦਾ ਅਸਰ ਵੀ ਵੀਜ਼ਾ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ 'ਤੇ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਖ਼ਤੀਆਂ ਕਾਰਨ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕੈਨੇਡਾ ਤੋਂ ਮੂੰਹ ਮੋੜ ਕੇ ਹੁਣ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ, ਜਰਮਨੀ ਅਤੇ ਯੂਰਪੀਅਨ ਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਦੇ ਰਹੇ ਹਨ। ਮਾਹਿਰਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਹੁਣ ਸਿਰਫ਼ ਉਹੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕੈਨੇਡਾ ਦਾ ਵੀਜ਼ਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਣਗੇ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰੋਫਾਈਲ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੈ ਅਤੇ ਜੋ ਚੰਗੇ ਸਰਕਾਰੀ ਕਾਲਜਾਂ ਜਾਂ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀਆਂ ਵਿਚ ਦਾਖ਼ਲਾ ਲੈਣਗੇ। ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਕਾਲਜਾਂ ਦੇ ਵੀਜ਼ਾ ਸਫਲਤਾ ਦੀ ਦਰ ਬਹੁਤ ਘਟ ਗਈ ਹੈ।

ਅਮਰੀਕਾ ਅਤੇ ਇਰਾਨ ਵਿਚਾਲੇ ਜੰਗ ਦੇ ਮਾਹੌਲ ਦਰਮਿਆਨ ਭਾਰਤੀਆਂ ਲਈ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਜਾਰੀ



ਇਰਾਨ ਅਤੇ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚਾਲੇ ਜੰਗ ਦੇ ਬਦਲ ਲਗਾਤਾਰ ਗੂੜ੍ਹੇ ਹੁੰਦੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸੇ ਟਕਰਾਅ ਦੇ ਮੱਦੇਨਜ਼ਰ ਭਾਰਤ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਭਾਰਤੀ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਤਾਜ਼ਾ ਅਤੇ ਸਖ਼ਤ ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਨੇ ਇਰਾਨ ਵਿਚ ਰਹਿ ਰਹੇ ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ। ਉਪਲਬਧ ਹਵਾਈ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਾਧਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਇਰਾਨ ਛੱਡ ਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸਥਾਨਾਂ 'ਤੇ ਚਲੇ ਜਾਣ ਜਾਂ ਭਾਰਤ

ਵਾਪਸ ਪਰਤ ਆਉਣ। ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰਾਲੇ ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਇਰਾਨ ਵਿਚ ਸਥਿਤੀ ਬਹੁਤ ਨਾਜ਼ੁਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਭਾਰਤੀ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੂੰ ਉਡੀਕ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਤੁਰੰਤ ਉੱਥੋਂ ਨਿਕਲ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਭਾਰਤੀ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੂੰ ਅਗਲੇ ਹੁਕਮਾਂ ਤੱਕ ਇਰਾਨ ਦੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਨਾ ਕਰਨ ਦੀ ਸਖ਼ਤ ਹਦਾਇਤ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਐਡਵਾਈਜ਼ਰੀ 'ਚ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਭਾਰਤੀ ਇਸ ਸਮੇਂ ਇਰਾਨ ਵਿਚ ਹਨ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਕਾਰਨ ਤੁਰੰਤ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲ ਸਕਦੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤਹਿਰਾਨ ਸਥਿਤ ਭਾਰਤੀ ਦੂਤਾਵਾਸ ਨਾਲ ਤੁਰੰਤ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ

ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ। ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਇਰਾਨ ਅਤੇ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਵਧਦੀ ਫੌਜੀ ਹਲਚਲ ਅਤੇ ਖੇਤਰੀ ਅਸਥਿਰਤਾ ਕਾਰਨ ਜੰਗ ਵਰਗੇ ਹਾਲਾਤ ਬਣ ਰਹੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਹਵਾਈ ਰਸਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਦੋਵਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਆਗੂ ਇਕ-ਦੂਜੇ 'ਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਦੀਆਂ ਧਮਕੀਆਂ ਤੇ ਚਿਤਾਵਨੀਆਂ ਤਾਂ ਦਿੰਦੇ ਰਹੇ ਹਨ, ਹੁਣ ਦੇਖਣਾ ਇਹ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਦੋਵਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚਾਲੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਜੰਗ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਹੋਰ ਵਧੇਗਾ।

ਮਾਰਕ ਕਾਰਨੀ ਦੀ ਭਾਰਤ ਫੇਰੀ ਮੌਕੇ ਕੈਨੇਡਾ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਇਤਿਹਾਸਕ ਵਪਾਰਕ ਸਮਝੌਤਾ



ਭਾਰਤ ਤੇ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਆਰਥਿਕ ਸਬੰਧਾਂ ਵਿਚ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਮੋੜ ਆਉਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ ਭਾਰਤ ਦੇ ਉੱਚ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਦਿਨੇਸ਼ ਪਟਨਾਇਕ ਨੇ ਸੰਕੇਤ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿ ਦੋਵੇਂ ਦੇਸ਼ ਅਗਲੇ ਇੱਕ ਸਾਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵਿਆਪਕ ਆਰਥਿਕ ਭਾਈਵਾਲੀ ਸਮਝੌਤੇ (ਸੀ.ਈ.ਪੀ.ਏ.) 'ਤੇ ਹਸਤਾਖਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਅਹਿਮ ਬਿਆਨ ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮਾਰਕ ਕਾਰਨੀ ਦੀ ਪ੍ਰਸਤਾਵਿਤ ਭਾਰਤ ਯਾਤਰਾ ਤੋਂ ਠੀਕ ਪਹਿਲਾਂ ਆਇਆ ਹੈ। ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰਾਲੇ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਇਸ ਸਮਝੌਤੇ ਦਾ ਮੁੱਖ ਉਦੇਸ਼ ਸਾਲ 2030 ਤੱਕ ਦੁਵੱਲੇ ਵਪਾਰ ਨੂੰ 50 ਅਰਬ ਡਾਲਰ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਾਉਣਾ ਹੈ। ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਸਮਝੌਤੇ 'ਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ 2010 ਵਿਚ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ ਸੀ, ਪਰ ਕਈ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰ ਕੇ ਰੁੱਕ ਗਈ ਸੀ। ਹੁਣ ਬਦਲਦੇ ਹੋਏ ਗਲੋਬਲ ਹਾਲਾਤਾਂ ਅਤੇ ਰਣਨੀਤਕ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ ਦੋਵੇਂ ਦੇਸ਼ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਅੱਗੇ



ਵਧਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਕਾਰਨੀ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਦੌਰਾਨ ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ ਤੇ ਮੁੰਬਈ 'ਚ ਸੀਨੀਅਰ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਬੈਠਕਾਂ ਪ੍ਰਸਤਾਵਿਤ ਹਨ, ਜਿਸ 'ਚ ਯੂਰੇਨੀਅਮ ਤੇ ਊਰਜਾ ਸਹਿਯੋਗ, ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਖਣਿਜ, ਆਰਟੀਫੀਸ਼ੀਅਲ ਇੰਟੈਲੀਜੈਂਸ (ਏ.ਆਈ.) ਤੇ ਡਿਜੀਟਲ ਵਪਾਰ, ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਤੇ ਨਿਵੇਸ਼ ਖੇਤਰ ਉੱਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਉੱਚ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਪਟਨਾਇਕ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਕੈਨੇਡਾ ਇੱਕ ਵਸਤੂ ਨਿਰਯਾਤਕ ਦੇਸ਼ ਹੈ, ਜਦਕਿ ਭਾਰਤ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ਾਲ

ਖਪਤਕਾਰ ਬਾਜ਼ਾਰ ਹੈ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਦੋਵਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਉਦਯੋਗਾਂ ਵਿਚ ਸਿੱਧੀ ਦਿੱਲੀ ਤੇ ਮੁੰਬਈ 'ਚ ਸੀਨੀਅਰ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਬੈਠਕਾਂ ਪ੍ਰਸਤਾਵਿਤ ਹਨ, ਜਿਸ 'ਚ ਯੂਰੇਨੀਅਮ ਤੇ ਊਰਜਾ ਸਹਿਯੋਗ, ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਖਣਿਜ, ਆਰਟੀਫੀਸ਼ੀਅਲ ਇੰਟੈਲੀਜੈਂਸ (ਏ.ਆਈ.) ਤੇ ਡਿਜੀਟਲ ਵਪਾਰ, ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਤੇ ਨਿਵੇਸ਼ ਖੇਤਰ ਉੱਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਉੱਚ ਕਮਿਸ਼ਨਰ ਪਟਨਾਇਕ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਕੈਨੇਡਾ ਇੱਕ ਵਸਤੂ ਨਿਰਯਾਤਕ ਦੇਸ਼ ਹੈ, ਜਦਕਿ ਭਾਰਤ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ਾਲ

ਖਡੂਰ ਸਾਹਿਬ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਸੀਟ ਨੂੰ ਖ਼ਾਲੀ ਐਲਾਨਣ ਲਈ ਹਾਈ ਕੋਰਟ 'ਚ ਜਨਹਿੱਤ ਪਟੀਸ਼ਨ ਦਾਖ਼ਲ



ਪੰਜਾਬ ਤੇ ਹਰਿਆਣਾ ਹਾਈ ਕੋਰਟ 'ਚ ਜਨਹਿੱਤ ਪਟੀਸ਼ਨ ਦਾਖ਼ਲ ਕਰਦਿਆਂ ਪਟੀਸ਼ਨਕਰਤਾ ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਵਿਧਾਇਕ ਮਨਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਲਾਲਪੁਰਾ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਸਿੱਧ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਖਡੂਰ ਸਾਹਿਬ ਸੀਟ ਨੂੰ ਖ਼ਾਲੀ ਐਲਾਨਣ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦੇਣ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਪਟੀਸ਼ਨ 'ਚ ਦਾਅਵਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਲਾਲਪੁਰਾ ਆਪਣੀ ਦੋਸ਼ਸਿੱਧੀ ਦੀ ਮਿਤੀ 10 ਸਤੰਬਰ, 2025 ਤੋਂ ਖ਼ੁਦ ਅਯੋਗ ਐਲਾਨ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਪਟੀਸ਼ਨ 'ਚ ਪੰਜਾਬ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਦੇ ਸਪੀਕਰ ਨੂੰ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦੇਣ ਦੀ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਵਿਧਾਇਕ ਦੀ ਦੋਸ਼ਸਿੱਧੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਖਡੂਰ ਸਾਹਿਬ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਸੀਟ ਨੂੰ ਖ਼ਾਲੀ ਐਲਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਰੰਤ ਰਸਮੀ ਨੋਟੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਜਾਰੀ ਕਰਨ। ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਦੀ ਅਗਲੀ ਸੁਣਵਾਈ

30 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਚੀਫ਼ ਜਸਟਿਸ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਾਲੀ ਬੈਂਚ ਸਾਹਮਣੇ ਹੋਵੇਗੀ। ਦੋ ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਸੀਟ ਨੂੰ ਖ਼ਾਲੀ ਐਲਾਨਣ ਦਾ ਨੋਟੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਜਾਰੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਪਟੀਸ਼ਨ 'ਚ ਦਾਅਵਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਵਿਧਾਇਕ ਮਨਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਲਾਲਪੁਰਾ, ਲੋਕ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਐਕਟ, 1951 ਦੀ ਧਾਰਾ 8 ਤਹਿਤ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਨੇ ਲਿਲੀ ਥਾਮਸ ਬਨਾਮ ਭਾਰਤ ਸੰਘ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਵਿਆਖਿਆ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਆਪਣੀ ਦੋਸ਼ਸਿੱਧੀ ਦੀ ਮਿਤੀ 10 ਸਤੰਬਰ, 2025 ਤੋਂ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਹੀ ਅਯੋਗ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਪਟੀਸ਼ਨਕਰਤਾ ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਵਿਧਾਇਕ ਨੂੰ ਵਧੀਕ ਸੈਸ਼ਨ ਜੱਜ, ਤਰਨਤਾਰਨ ਵੱਲੋਂ 10 ਸਤੰਬਰ, 2025 ਨੂੰ ਦੋਸ਼ੀ ਠਹਿਰਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ। 4 ਮਾਰਚ, 2013 ਨੂੰ ਦਰਜ ਕੀਤੀ ਗਈ ਐੱਫ.ਆਈ.ਆਰ. ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਇੱਕ ਮਾਮਲੇ 'ਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 12 ਸਤੰਬਰ, 2025 ਨੂੰ ਚਾਰ ਸਾਲ ਦੀ

ਕੈਦ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਸੁਣਾਈ ਗਈ ਸੀ। ਸੁਪਰੀਮ ਕੋਰਟ ਵੱਲੋਂ ਖ਼ੁਦ ਨੋਟਿਸ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਈ.ਪੀ.ਸੀ. ਅਤੇ ਐੱਸ.ਸੀ./ਐੱਸ.ਟੀ. (ਅੱਤਿਆਚਾਰ ਰੋਕਥਾਮ) ਐਕਟ ਦੀਆਂ ਤਜਵੀਜ਼ਾਂ ਤਹਿਤ ਐੱਫ.ਆਈ.ਆਰ. ਦਰਜ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਪਟੀਸ਼ਨਕਰਤਾ ਨੇ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ ਕਿ ਤੁਰੰਤ ਰਸਮੀ ਨੋਟੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਜਾਰੀ ਕਰਨ ਦਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਦੇਣ ਲਈ ਆਦੇਸ਼ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ ਜਾਣ, ਜਿਸ 'ਚ ਖਡੂਰ ਸਾਹਿਬ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਸੀਟ ਨੂੰ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਸਥਾਪਿਤ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਦੇ ਮੱਦੇਨਜ਼ਰ ਦੋਸ਼ੀ ਠਹਿਰਾਏ ਜਾਣ 'ਤੇ ਵਿਧਾਇਕ ਦੀ ਸਵੈ ਅਯੋਗਤਾ ਕਾਰਨ ਖ਼ਾਲੀ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਪਟੀਸ਼ਨ 'ਚ ਇਹ ਵੀ ਦੋਸ਼ ਲਾਇਆ ਗਿਆ ਕਿ ਦੋਸ਼ਸਿੱਧੀ ਤੇ ਦੋ ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਸੀਟ ਨੂੰ ਖ਼ਾਲੀ ਐਲਾਨ ਕਰਨੀ ਵਾਲੀ ਕੋਈ ਨੋਟੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਜਾਰੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਜ਼ਿਮਨੀ ਚੋਣ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ।

ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਭਾਰਤੀ ਮੂਲ ਦੇ 2 ਸਕੇ ਭਰਾ ਨਸ਼ਾ ਮੰਗਵਾਉਣ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਹੇਠ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ



ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਕਰਨਜੀਤ ਸਿੰਘ (24) ਅਤੇ ਜਗਰੂਪ ਸਿੰਘ (25) ਦੋਵੇਂ ਸਕੇ ਭਰਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨੀਦਰਲੈਂਡ ਤੋਂ ਨਸ਼ਾ ਮੰਗਵਾਉਣ ਦੇ ਇਲਜ਼ਾਮ ਹੇਠ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। 19 ਕਿਲੋਗ੍ਰਾਮ (42 ਪੌਂਡ) ਅਫੀਮ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਮੋਰਫੀਨ ਸੀ, ਸਮੇਤ ਫੜੇ ਜਾਣ ਕਾਰਨ 935 ਡਿਟੇਨਰ ਲਗਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਦੋਵੇਂ ਭਰਾ ਵੁੱਡ-ਚਿਜ਼, ਬਰਗਨ

ਕਾਊਂਟੀ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰੀਆਂ 30 ਜਨਵਰੀ 2026 ਨੂੰ ਹੋਈਆਂ ਹਨ। ਜਾਂਚ ਵਿਚ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਕਿ ਇਹ ਪੈਕਟ ਕੋਰੀਅਰ ਰਾਹੀਂ ਮੰਗਵਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਇਹ ਪੈਕਟ ਰਸਤੇ ਵਿਚ ਚੈੱਕ ਕੀਤਾ ਗਿਆ, ਜੋ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਘਰ ਡਲੀਵਰ ਹੋਣਾ ਸੀ। ਇਸ ਕਾਰਵਾਈ ਵਿਚ ਹੋ ਮਲੇਂਡ ਸਿਕਿਊਰਿਟੀ ਇਨਵੈਸਟੀਗੇਸ਼ਨਜ਼, ਕਸਟਮਜ਼ ਐਂਡ ਬਾਰਡਰ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ, ਬਰਗਨ ਕਾਊਂਟੀ ਪ੍ਰੋਸਿਕਿਊਟਰ ਦਫ਼ਤਰ ਦੀ ਨਾਰਕੋਟਿਕ ਟਾਸਕ ਫੋਰਸ ਅਤੇ ਵੁੱਡ-

ਚਿਜ਼ ਪੁਲਿਸ ਸ਼ਾਮਲ ਸੀ। ਘਰ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ੀ ਹੋਈ, ਤਾਂ ਉਸ ਵੇਲੇ ਵੀ ਤਸਕਰੀ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਬਰਤਨ ਤੇ ਹੋਰ ਸਾਮਾਨ ਬਰਾਮਦ ਕੀਤੇ ਗਏ। ਇਸ ਵੇਲੇ ਦੋਵੇਂ ਭਰਾ ਬਰਗਨ ਕਾਊਂਟੀ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿਚ ਬੰਦ ਹਨ। ਆਈ.ਸੀ.ਏ. ਡਿਟੇਨਰ ਲੱਗੇ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਕੇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਡਿਪੋਰਟੇਸ਼ਨ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਵੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਕੇਸ ਵਿਚ 5 ਤੋਂ 10 ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਪੈਕਟ ਨੀਦਰਲੈਂਡ ਤੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅਡਰੈੱਸ ਵੁੱਡ-ਚਿਜ਼ ਹੋਮ 'ਤੇ ਕੋਰੀਅਰ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਸੀ।



SERVPRO
OF TRACY
Cleaning. Restoration. Construction.

ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਕੰਮ California ਦੇ Environmental, Restoration Standards ਅਤੇ Insurance Guidelines 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



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



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

📍 2275 N Mac Arthur Dr Tracy, CA 95376

CONTACT FOR MORE INFORMATION

DEEPINDER MAHAL
President

Office ☎ (209) 834-0200
Cell ☎ (408) 963-7702



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, Suite 5
Manteca Office: 123 Sycamore Ave, Suite 201-E

www.caials.com
rosy@caials.com

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

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





ਜਬਰੀ ਵਸੂਲੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਦੋ ਬੀਕੇਆਈ ਕਾਰਕੁਨ ਜਲੰਧਰ ਤੋਂ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ: ਪਿਸਤੌਲ ਬਰਾਮਦ



ਜਲੰਧਰ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਦੇ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੂਬਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵਿੱਢੀ ਮੁਹਿੰਮ ਦੌਰਾਨ ਵੱਡੀ ਸਫਲਤਾ ਹਾਸਲ ਕਰਦਿਆਂ, ਕਾਉਂਟਰ ਇੰਟੈਲੀਜੈਂਸ (ਸੀਆਈ) ਜਲੰਧਰ ਨੇ ਜਬਰੀ ਵਸੂਲੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਬੱਬਰ ਖਾਲਸਾ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ (ਬੀਕੇਆਈ) ਵੱਲੋਂ ਸਮਰਥਤ ਇੱਕ ਮਾਡਿਊਲ ਦੇ ਦੋ ਮੁੱਖ ਕਾਰਕੁਨਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ .32 ਬੋਰ ਪਿਸਤੌਲ, ਮੈਗਜ਼ੀਨ

ਅਤੇ ਅੱਠ ਕਾਰਤੂਸਾਂ ਸਮੇਤ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰਕੇ ਇਸ ਮਾਡਿਊਲ ਦਾ ਪਰਦਾਫਾਸ਼ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅੱਜ ਇੱਥੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਜਨਰਲ ਆਫ ਪੁਲਿਸ (ਡੀਜੀਪੀ) ਪੰਜਾਬ ਗੌਰਵ ਯਾਦਵ ਨੇ ਦਿੱਤੀ। ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਉਰਫ ਸੰਨੀ ਅਤੇ ਰਾਵਲ ਚੇਵੇਂ ਵਾਸੀ ਪਿੰਡ ਕੁਲਮ, ਐਸਬੀਐਸ ਨਗਰ ਵਜੋਂ ਹੋਈ ਹੈ। ਡੀਜੀਪੀ ਗੌਰਵ ਯਾਦਵ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਮੁੱਢਲੀ ਜਾਂਚ ਤੋਂ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਹੈ ਕਿ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਮੁਲਜ਼ਮ ਆਪਣੇ ਵਿਵੇਕ ਦੀ ਹੀ 'ਡਲਰਾਂ-ਗੋਪੀ



ਨਵਾਸ਼ਹਿਰੀਆ, ਜੱਸੀ ਕੁਲਮ ਅਤੇ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹਨ, ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ 'ਤੇ ਕੰਮ ਸੁਸ਼ਾਂਤ ਚੋਪੜਾ ਜੋ ਬੀਕੇਆਈ ਨਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ

ਜਾਂਚ ਮੁਤਾਬਕ, ਮੁਲਜ਼ਮਾਂ ਨੇ ਜਬਰੀ ਵਸੂਲੀ ਲਈ ਗੜ੍ਹਸ਼ੰਕਰ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਟ੍ਰੈਵਲ ਏਜੰਟ ਦੇ ਘਰ 'ਤੇ ਦੋ ਵਾਰ ਗੋਲੀਬਾਰੀ ਕੀਤੀ ਸੀ। ਇਸ ਆਪਰੇਸ਼ਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਿਆਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਖੁਫੀਆ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਦਿਆਂ ਸੀਆਈ ਜਲੰਧਰ ਦੀਆਂ ਟੀਮਾਂ ਨੇ ਜਲੰਧਰ-ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਹਾਈਵੇਅ ਤੋਂ ਜਲੰਧਰ ਦੇ ਸੁਰਾਨੱਸੀ ਵਿਖੇ ਲਿਪਤਾਂ ਅੰਡਰਬ੍ਰਿਜ ਨੇੜਿਓਂ ਬੀਕੇਆਈ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਦੋਵਾਂ ਮੁਲਜ਼ਮਾਂ ਨੂੰ ਹਥਿਆਰ ਸਮੇਤ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰ ਲਿਆ। ਡੀਜੀਪੀ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਸ ਮਾਡਿਊਲ ਦੇ

ਅਗਲੇ-ਪਿਛਲੇ ਸਬੰਧਾਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਹੋਰ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਂਚ ਜਾਰੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਬਰਾਮਦਗੀਆਂ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਬੰਧੀ, ਐਫਆਈਆਰ ਨੰਬਰ 11, ਮਿਤੀ 23.02.2026 ਨੂੰ ਥਾਣਾ ਸਟੇਟ ਸਪੈਸ਼ਲ ਆਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸੈੱਲ (ਐਸਐਸਓਸੀ) ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਵਿਖੇ ਭਾਰਤੀ ਨਿਆਂ ਸੰਗਿਤਾ (ਬੀਐਨਐਸ) ਦੀ ਧਾਰਾ 111 ਅਤੇ 61 (2) ਅਤੇ ਅਸਲਾ ਐਕਟ ਦੀ ਧਾਰਾ 25 ਅਤੇ 25(1-ਬੀ) (ਏ) ਤਹਿਤ ਦਰਜ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਕਮਰਸ਼ੀਅਲ ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਲਾਇਸੈਂਸ ਲਈ ਟੈਸਟ ਲਈ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਕਰਾਰ



ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਅਮਰੀਕਾ ਨੇ ਪ੍ਰਵਾਸੀਆਂ ਖਿਲਾਫ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਵੱਡੀ ਮੁਹਿੰਮ ਛੇੜੀ ਹੋਈ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਹੀ ਟਰੰਪ ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਇਕ ਹੋਰ ਵੱਡਾ ਫੈਸਲਾ ਸਾਹਮਣੇ ਆਇਆ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੇ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪੰਜਾਬੀ ਡਰਾਈਵਰਾਂ ਲਈ ਵੱਡੀ ਮੁਸੀਬਤ ਖੜ੍ਹੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਟਰਾਂਸਪੋਰਟੇਸ਼ਨ ਸੈਕਟਰੀ ਸ਼ਾਨ ਪੀ. ਡਫੀ ਨੇ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਹੁਣ ਤੋਂ ਪੂਰੇ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਕਮਰਸ਼ੀਅਲ ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਲਾਇਸੈਂਸ (ਸੀ.ਡੀ.ਐੱਲ.) ਦੇ ਸਾਰੇ ਟੈਸਟ ਸਿਰਫ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਹੀ ਲਏ ਜਾਣਗੇ। ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ

ਸੜਕਾਂ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਡਰਾਈਵਰਾਂ ਦਾ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਸਮਝਣਾ ਅਤੇ ਬੋਲਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਵਰਗੇ ਕਈ ਸੂਬਿਆਂ ਸੀ.ਡੀ.ਐੱਲ. ਟੈਸਟ ਪੰਜਾਬੀ, ਹਿੰਦੀ, ਸਪੈਨਿਸ਼ ਸਮੇਤ ਲਗਭਗ 20 ਵੱਖ-ਵੱਖ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਸਨ। ਹੁਣ ਨਵੇਂ ਨਿਯਮ ਅਨੁਸਾਰ ਇਹ ਸਾਰੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਖਤਮ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ ਤੇ ਇਹ ਟੈਸਟ ਸਭ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਇੰਗਲਿਸ਼ 'ਚ ਦੇਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਅਮਰੀਕਾ 'ਚ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ 'ਚ ਪੰਜਾਬੀ ਟਰੱਕ ਡਰਾਈਵਰ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਇਹ ਨਿਯਮ



'ਪੰਗਾ' ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸ਼ਾਨ ਡਫੀ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਜਦੋਂ ਕੋਈ 80,000 ਪੈਂਡ ਦਾ ਭਾਰੀ ਟਰੱਕ ਚਲਾ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਸੜਕਾਂ 'ਤੇ

ਇਹ ਕੋਈ ਸਿਆਸੀ ਮੁੱਦਾ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਮਾਮਲਾ ਹੈ।" ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਿਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਲਾਇਸੈਂਸ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ 'ਚ ਇਹ ਸਖ਼ਤੀ ਪੰਜਾਬੀ ਟਰੱਕ ਡਰਾਈਵਰਾਂ ਰਾਹੀਂ ਹੋਏ ਕੁਝ ਜਾਨਲੇਵਾ ਹਾਦਸਿਆਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਨਵੇਂ ਨਿਯਮਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਹੁਣ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਡਰਾਈਵਰ ਸੜਕ 'ਤੇ ਚੈਕਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਜਾਂ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਨਾਕਾਮ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਪੁਲਿਸ ਉਸ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ 'ਆਉਟ-ਆਫ-ਸਰਵਿਸ' ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਯਾਨੀ ਉਹ ਅੱਗੇ ਗੱਡੀ ਨਹੀਂ ਚਲਾ ਸਕੇਗਾ। ਇਸ ਮੁਹਿੰਮ ਤਹਿਤ ਅਮਰੀਕੀ

ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਲਗਭਗ 557 ਡਰਾਈਵਿੰਗ ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦੇ ਹੁਕਮ ਦਿੱਤੇ ਹਨ, ਜੋ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕਰ ਕੇ ਲਾਇਸੈਂਸ ਜਾਰੀ ਕਰਵਾ ਰਹੇ ਸਨ। ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਟਰੱਕਿੰਗ ਕਾਰੋਬਾਰ ਵਿੱਚ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦੀ ਵੱਡੀ ਹਿੱਸੇਦਾਰੀ ਹੈ। ਨਵੇਂ ਨਿਯਮਾਂ ਕਾਰਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਵੇਂ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹਨ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਦੂਜੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਟੈਸਟ ਦੇ ਕੇ ਲਾਇਸੈਂਸ ਲਏ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਸੜਕ 'ਤੇ ਇੰਸਪੈਕਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਬੋਲਣ ਦੀ ਮੁਹਾਰਤ ਸਾਬਤ ਕਰਨੀ ਪਵੇਗੀ, ਜੋ ਕਿ ਵੱਡੀ ਮੁਸੀਬਤ ਸਾਬਿਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

"ਵੋਇਸ ਆਫ ਡਾਕਟਰਸ ਸੀਜ਼ਨ 5" ਵਿੱਚ ਬਾਲੀਵੁੱਡ ਦੇ ਮਰਹੂਮ ਅਦਾਕਾਰ ਧਰਮਿੰਦਰ ਦਿਓਲ ਨੂੰ ਕੀਤਾ ਜਾਦ



ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ
ਸਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ

ਸੰਗੀਤ ਇੱਕ ਉਹ ਮਾਧਿਅਮ ਹੈ ਜੋ ਹਰ ਇੱਕ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਮੁਰੀਦ ਬਣਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਇਹ ਸਿੱਧ ਸਾਬਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਦੇ ਉਹਨਾਂ ਡਾਕਟਰਾਂ ਉਤੇ ਜਿੰਨਾ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪਵਿੱਤਰ ਪੇਸ਼ੇ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਸੰਗੀਤ ਨੂੰ ਵੀ ਚੁਣਿਆ ਹੈ ਇਹ ਸਭ ਵੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਿਆ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਦੇ ਵਿਰਸਾ ਵਿਹਾਰ ਦੇ ਮੰਚ ਤੇ ਜਿਥੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਵਿਭਾਗਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਸਹਿਬਾਨਾ ਵੱਲੋਂ "ਵੋਇਸ ਆਫ ਡਾਕਟਰ-ਸੀਜ਼ਨ 5" ਵਿੱਚ ਜੋ ਕਿ ਬਾਲੀਵੁੱਡ ਦੇ ਵੈਟਰਨ ਮਰਹੂਮ ਅਦਾਕਾਰ ਧਰਮਿੰਦਰ ਦਿਓਲ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਇੱਕ ਸੰਗੀਤਮਈ ਸ਼ਾਮ ਵਿੱਚ ਜਿਥੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਦੇ ਡਾਕਟਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਅਦਾਕਾਰ ਧਰਮਿੰਦਰ ਦੇ ਉੱਪਰ ਫ਼ਿਲਮਾਂ ਦੇ ਗੀਤ ਗਾ ਕੇ ਸ਼ਰਧਾ ਦੇ ਫੁੱਲ ਭੇਟ ਕੀਤੇ। ਇਸ ਸੰਗੀਤਮਈ ਸ਼ਾਮ ਦੇ ਵਿੱਚ ਡਾ. ਰਾਕੇਸ਼ ਸ਼ਰਮਾ ਪ੍ਰਿੰਸੀਪਲ, ਹਿੰਦੂ ਕਾਲਜ ਨੇ ਮੁੱਖ



ਮਹਿਮਾਨ ਵਜੋਂ ਸ਼ਿਰਕਤ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਪੈਂਟਿੰਗ ਕਲਾਕਾਰ ਜਗਜੋਤ ਸਿੰਘ ਰੁਬਲ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮਹਿਮਾਨ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਪੁੱਜੇ। ਇਸ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੇ ਵਿੱਚ ਡਾ. ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਛਾਬੜਾ, ਡਾ. ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ, ਡਾ. ਅਮਿਤ ਧਵਨ, ਡਾ. ਦਮਨਦੀਪ ਸਿੰਘ, ਰੋਟੀਰੀਅਨ ਅਮਨਦੀਪ ਲੁਥਰਾ, ਡਾ. ਹਰਿਦਿਆ

ਗੈਂਗਸਟਰਾਂ 'ਤੇ ਵਾਰ ਦਾ 35ਵਾਂ ਦਿਨ: ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਿਸ ਵੱਲੋਂ 587 ਥਾਈਂ ਛਾਪੇਮਾਰੀ: 183 ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ



ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ ਭਗਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਹੇਠ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਫੈਸਲਾਕੁੰਨ ਮੁਹਿੰਮ 'ਗੈਂਗਸਟਰਾਂ' 'ਤੇ ਵਾਰ' ਦੇ 35ਵੇਂ ਦਿਨ ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਸੂਬੇ ਭਰ ਵਿੱਚ ਗੈਂਗਸਟਰਾਂ ਦੇ ਸਾਥੀਆਂ ਦੇ ਪਛਾਣੇ ਗਏ ਅਤੇ ਮੈਪ ਕੀਤੇ 587 ਟਿਕਾਣਿਆਂ 'ਤੇ ਛਾਪੇਮਾਰੀ ਕੀਤੀ। ਜ਼ਿਕਰਯੋਗ ਹੈ ਕਿ 'ਗੈਂਗਸਟਰਾਂ' ਤੇ ਵਾਰ' ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਗੈਂਗਸਟਰ ਮੁਕਤ ਸੂਬਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਫੈਸਲਾਕੁੰਨ ਜਨਰਲ (ਡੀਜੀਪੀ) ਪੰਜਾਬ ਗੌਰਵ ਯਾਦਵ ਵੱਲੋਂ 20 ਜਨਵਰੀ, 2026 ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ। ਐਂਟੀ-ਗੈਂਗਸਟਰ ਟਾਸਕ ਫੋਰਸ (ਏਜੰਟੀਐਫ) ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਤਾਲਮੇਲ ਨਾਲ ਸਾਰੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਿਆਂ ਦੀਆਂ ਪੁਲਿਸ

ਟੀਮਾਂ ਵੱਲੋਂ ਸੂਬੇ ਭਰ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। 35ਵੇਂ ਦਿਨ ਪੁਲਿਸ ਟੀਮਾਂ ਨੇ 183 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਬਜ਼ੇ ਵਿੱਚੋਂ ਤਿੰਨ ਹਥਿਆਰ ਬਰਾਮਦ ਕੀਤੇ, ਜਿਸ ਦੇ ਨਾਲ ਮੁਹਿੰਮ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ ਹੁਣ ਤੱਕ ਕੁੱਲ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 11,265 ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ 150 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਇਹਤਿਆਜ਼ੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਕਿ 133 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਤਫ਼ਤੀਸ਼ ਅਤੇ ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਪਿੱਛੋਂ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਪੁਲਿਸ ਟੀਮਾਂ ਨੇ ਕਾਰਵਾਈ ਦੌਰਾਨ ਸੱਤ ਭਗੌੜੇ ਅਪਰਾਧੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਲੋਕ ਐਂਟੀ ਗੈਂਗਸਟਰ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨੰਬਰ 93946-93946 ਰਾਹੀਂ ਗੁਪਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਲੋੜੀਂਦੇ ਅਪਰਾਧੀਆਂ ਅਤੇ

ਗੈਂਗਸਟਰਾਂ ਬਾਰੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਪਰਾਧ ਅਤੇ ਅਪਰਾਧਿਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਬਾਰੇ ਸੂਹ/ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਪੁਲਿਸ ਟੀਮਾਂ ਨੇ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਆਪਣੀ ਮੁਹਿੰਮ 'ਯੁੱਧ ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ' ਨੂੰ 360ਵੇਂ ਦਿਨ ਵੀ ਜਾਰੀ ਰੱਖਦਿਆਂ 83 ਨਸ਼ਾ ਤਸਕਰਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਬਜ਼ੇ ਵਿੱਚੋਂ 431 ਗ੍ਰਾਮ ਹੈਰੋਇਨ, 12 ਕਿਲੋ ਭੁੱਕੀ, 323 ਨਸ਼ੀਲੀਆਂ ਗੋਲੀਆਂ/ਕੈਪਸੂਲ ਅਤੇ 4860 ਰੁਪਏ ਦੀ ਡਰੱਗ ਮਨੀ ਬਰਾਮਦ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਸਿਰਫ 360 ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕੁੱਲ ਨਸ਼ਾ ਤਸਕਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 51086 ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਨਸ਼ਾ ਫੁਡਾਉ ਮੁਹਿੰਮ ਤਹਿਤ ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਅੱਜ 25 ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ਾ ਫੁਡਾਉ ਅਤੇ ਮੁੜ ਵਸੋਬਾ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਰਾਜ਼ੀ ਕੀਤਾ ਹੈ।

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

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 ਫਿਰ 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



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



ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾ ਦਿਵਸ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਾਹਿਤਕ ਸਮਾਗਮ ਛੱਡ ਗਿਆ ਅਮਿੱਟ ਛਾਪਾਂ



ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ
ਸੁਕਰਗੁਜ਼ਾਰ ਸਿੰਘ

ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾ ਦਿਵਸ ਜੋ ਹਰ ਸਾਲ 21 ਫਰਵਰੀ ਨੂੰ ਸੰਸਾਰ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਆਪੋ ਆਪਣੀਆਂ ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲੇਖਕਾਂ, ਪਾਠਕਾਂ, ਸਾਹਿਤਕਾਰਾਂ, ਸਮਾਜਿਕ-ਧਾਰਮਿਕ-ਸਾਹਿਤਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਵੱਲੋਂ ਮਨਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਹੁੰਦਿਆਂ ਮਿਤੀ 22-02-2026 ਨੂੰ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਕੇਂਦਰ ਤਰਨਤਾਰਨ ਵੱਲੋਂ ਭਾਈ ਮੋਹਨ ਸਿੰਘ ਵੈਦ ਯਾਦਗਾਰੀ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਤਰਨ ਤਾਰਨ ਵਿਖੇ ਸਰਦਾਰ ਬਲਬੀਰ ਸਿੰਘ ਭੈਲ ਦੀ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ ਹੇਠ "ਪੰਜਾਬੀ ਮਾਤ ਭਾਸ਼ਾ- ਭੂਤ ਤੋਂ ਭਵਿੱਖ" ਵਿਸ਼ੇ ਤਹਿਤ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਾਹਿਤਕ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ। ਸਮਾਗਮ ਦੇ

ਪਹਿਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਪਹੁੰਚੇ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਨੇ ਪੰਜਾਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੇ ਭੂਤ, ਵਰਤਮਾਨ ਤੇ ਭਵਿੱਖ ਸੰਬੰਧੀ ਵਿਚਾਰ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਤੇ ਉੱਘੇ ਸਾਹਿਤਕਾਰ ਕੈਨੇਡਾ ਨਿਵਾਸੀ ਨਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਪੰਨੂ ਦੀਆਂ ਦੋ ਕਿਤਾਬਾਂ "ਹੌਲੀਡੇਅ ਬੁਈਡ ਅਤੇ ਦੀਪ ਦੀ ਮੀਤ" ਲੋਕ ਅਰਪਣ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ। ਇਹਨਾਂ ਕਿਤਾਬਾਂ 'ਤੇ ਜਸਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਵਿੱਲੋਂ ਅਤੇ ਮੰਗਲ ਸਿੰਘ ਨੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਤੇ ਸਮਾਗਮ ਦੇ ਦੂਜੇ ਹਿੱਸੇ 'ਚ ਹੋਏ ਕਵੀ ਦਰਬਾਰ ਵਿੱਚ ਮੱਖਣ ਸਿੰਘ ਭੈਣੀਵਾਲ, ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ ਨੂਰਦੀ, ਬਲਬੀਰ ਸਿੰਘ ਬੇਲੀ, ਬਲਬੀਰ ਸਿੰਘ ਲਹਿਰੀ ਮੀਆਂਪੁਰ, ਜਸਬੀਰ ਸਿੰਘ ਝਬਾਲ ਜੋਬਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਫਤਿਹ ਚੱਕ, ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਖਾਰਾ, ਅਵਤਾਰ ਸਿੰਘ ਗੋਇੰਦਵਾਲ, ਦੀਦਾਰ ਸਿੰਘ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀਅਨ, ਬਲਬੀਰ ਸਿੰਘ ਭੈਲ, ਗੁਰਿੰਦਰ ਪਾਲ

ਸਿੰਘ, ਸਕੱਤਰ ਸਿੰਘ ਤੇਜਾ ਸਿੰਘ ਵਾਲਾ, ਕੰਵਲਜੀਤ ਸਿੰਘ ਵਿੱਲੋਂ, ਰਮੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ ਜਾਨੂ ਬਟਾਲਾ, ਵਿਜੈ ਕੁਮਾਰ ਅਗਨੀਹੋਤਰੀ ਬਟਾਲਾ, ਧਰਮਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਔਲਖ, ਸੁਕਰਗੁਜ਼ਾਰ ਸਿੰਘ ਐਡਵੋਕੇਟ ਜੰਡਿਆਲਾ ਗੁਰੂ, ਗੁਰਭੋਜ ਸਿੰਘ ਪ੍ਰੇਮ ਪੰਡੋਰੀ ਗੋਲਾ, ਜਸਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਚਾਹਲ, ਕੰਵਲਜੀਤ ਕੌਰ ਵਿੱਲੋਂ ਦਬੁਰਜੀ, ਰਕੇਸ਼ ਸੱਚਦੇਵਾ, ਜਸਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਝਬਾਲ, ਦਿਲ ਦਿਲਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਨਛੱਤਰ ਸਿੰਘ ਗਵਾਲੀਅਰ, ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਮਾਹਲਾ, ਵਿਜੈ ਕੁਮਾਰ ਵਾਹੀ ਪੱਟੀ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ। ਗੁਰਨਾਮ ਸਿੰਘ ਅਨੰਦ, ਹਰਮਨ ਸਿੰਘ ਕਲੋਰ, ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਸਰਵਨ ਸਿੰਘ ਨੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਸ਼ਿਰਕਤ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਸਮਾਗਮ ਦਾ ਆਨੰਦ



ਮਾਣਿਆ। ਸਭਾ ਵੱਲੋਂ ਨਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਪੰਨੂ ਨੂੰ ਯਾਦਗਾਰੀ ਚਿੰਨ੍ਹ ਨਾਲ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਨਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਪੰਨੂ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਸਟੇਜ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕੰਵਲਜੀਤ ਸਿੰਘ ਵਿੱਲੋਂ ਜਨਰਲ

ਸਕੱਤਰ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ ਅਤੇ ਪੰਨੂ ਨੂੰ ਯਾਦਗਾਰੀ ਚਿੰਨ੍ਹ ਨਾਲ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਨਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਪੰਨੂ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਕਿਤਾਬਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ। ਸਟੇਜ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕੰਵਲਜੀਤ ਸਿੰਘ ਵਿੱਲੋਂ ਜਨਰਲ

ਉਕਤ ਸਮਾਗਮ ਉਪਰੰਤ ਸਥਾਨਕ ਕਸਬੇ ਦੇ ਮੁਹੱਲਾ ਜੋਤੀਸਰ ਵਿਖੇ ਮਰਹੂਮ ਸਾਹਿਤਕਾਰ ਸ.ਤਰਲੋਕ ਸਿੰਘ ਦੀਵਾਨਾ ਦੇ ਗ੍ਰਹਿ ਪਹੁੰਚੇ ਸਾਹਿਤਕਾਰ ਜਸਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਵਿੱਲੋਂ, ਧਰਵਿੰਦਰ ਔਲਖ ਤੇ ਨਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਪੰਨੂ ਨੇ ਸਾਂਝੀ ਕੀਤੀ।

ਹਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਫਾਈ ਕਰਮਚਾਰੀ ਕਮਿਸ਼ਨ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਨਿਯੁਕਤ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਕਿਸੇ ਦਲਿਤ ਸਿੱਖ ਨੂੰ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਮਿਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ



ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ
ਡਾ. ਰਾਜਿੰਦਰ ਰਿਖੀ

ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਸਮਾਜਿਕ ਨਿਆਂ ਅਤੇ ਸਮਾਵੇਸ਼ੀ ਸ਼ਾਸਨ ਦੇ ਆਪਣੇ ਸੰਕਲਪ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਂਦਿਆਂ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਦਲਿਤ ਸਿੱਖ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਦੇਸ਼ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਵੱਲੋਂ ਪੰਜਾਬ ਭਾਜਪਾ ਦੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਦਿਹਾੜੀ ਦੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਹਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਨੂੰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਫਾਈ ਕਰਮਚਾਰੀ ਕਮਿਸ਼ਨ ਦਾ ਮੈਂਬਰ ਨਾਮਜ਼ਦ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਿਆਂ ਪੰਜਾਬ ਭਾਜਪਾ ਦੇ ਬੁਲਾਰੇ ਪ੍ਰੋ. ਸਰਚਾਂਦ ਸਿੰਘ ਖਿਆਲਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਕਾਫੀ

ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਕਮਿਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਇਹ ਅਹੁਦਾ ਖਾਲੀ ਪਿਆ ਸੀ, ਜਿਸਨੂੰ ਕੇਂਦਰੀ ਸਮਾਜਿਕ ਨਿਆਂ ਅਤੇ ਸ਼ਸ਼ਕਤੀਕਰਨ ਮੰਤਰਾਲੇ ਵੱਲੋਂ ਜਾਰੀ ਅਧਿਸੂਚਨਾ ਰਾਹੀਂ ਭਰਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਨਿਯੁਕਤੀ ਨਾ ਸਿਰਫ ਪੰਜਾਬ ਲਈ, ਬਲਕਿ ਦੇਸ਼ ਭਰ ਦੇ ਦਲਿਤ ਸਿੱਖ ਸਮਾਜ ਲਈ ਮਾਣ ਅਤੇ ਗੌਰਵ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਹੈ। ਪ੍ਰੋ. ਖਿਆਲਾ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਕਿਸੇ ਦਲਿਤ ਸਿੱਖ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਮਿਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਸਾਬਕਾ ਗ੍ਰਹਿ ਮੰਤਰੀ ਸਵਰਗਵਾਸੀ ਸਰਦਾਰ ਬੂਟਾ ਸਿੰਘ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਨੁਸੂਚਿਤ ਜਾਤੀ ਕਮਿਸ਼ਨ ਦੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਰਹੇ ਸਨ, ਪਰ ਉਸ ਤੋਂ

ਬਾਅਦ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੇਂਦਰੀ ਕਮਿਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਦਲਿਤ ਸਿੱਖ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਇਹ ਦਰਜਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ। ਹਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਭਾਰਤੀ ਜਨਤਾ ਪਾਰਟੀ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹਨ ਅਤੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਦਿਹਾੜੀ ਦੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਵਜੋਂ ਸਰਗਰਮ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾ ਰਹੇ ਸਨ। ਉਹ ਭਾਜਪਾ ਦੇ ਅਨੁਸੂਚਿਤ ਜਾਤੀ ਮੋਰਚੇ ਦੇ ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ ਵੀ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸੰਗਠਨਾਤਮਕ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤ ਪਕੜ ਰਹੀ ਹੈ। ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਵੈਮ ਸੇਵਕ ਸੰਘ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਅਹੁਦੇਦਾਰਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਨੇੜਤਾ ਅਤੇ ਸੰਗਠਨਾਤਮਕ ਅਨੁਭਵ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਦਾ ਪ੍ਰਮਾਣ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਨਵੀਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਲਈ ਹਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਨੇ ਪ੍ਰਧਾਨ

ਮੰਤਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ, ਗ੍ਰਹਿ ਮੰਤਰੀ ਅਮਿਤ ਸ਼ਾਹ, ਭਾਜਪਾ ਦੇ ਕੌਮੀ ਪ੍ਰਧਾਨ, ਪੰਜਾਬ ਭਾਜਪਾ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸੁਨੀਲ ਜਾਖੜ, ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਅਸ਼ਵਨੀ ਸ਼ਰਮਾ ਅਤੇ ਸੰਗਠਨ ਮੰਤਰੀ ਮੰਬਰੀ ਸੁਨਿਵਾਸਲੂ ਦਾ ਉਨ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜਤਾਉਣ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਇਸ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਨਿਸ਼ਠਾ, ਪਾਰਦਰਸ਼ਤਾ ਅਤੇ ਸਮਰਪਣ ਨਾਲ ਨਿਭਾਉਣਗੇ ਅਤੇ ਸਫਾਈ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੇ ਹੱਕਾਂ ਅਤੇ ਭਲਾਈ ਲਈ ਅਵਾਜ਼ ਉਠਾਉਂਦੇ ਰਹਿਣਗੇ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਸਾਬਕਾ ਵਿਧਾਇਕ ਸਾਬਕਾ ਵਿਧਾਇਕ ਇੰਦਰ ਇਕਬਾਲ ਸਿੰਘ ਅਟਵਾਲ, ਪ੍ਰੋ. ਸਰਚਾਂਦ ਸਿੰਘ ਖਿਆਲਾ, ਭਾਜਪਾ ਐਸ.ਸੀ. ਮੋਰਚਾ ਦੇ ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ

ਜਸਬੀਰ ਸਿੰਘ ਮਹਿਰਾਜ, ਮੀਤ ਪ੍ਰਧਾਨ ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸਿੱਧੂਪੁਰ, ਭਾਜਪਾ ਓਬੀਸੀ ਮੋਰਚਾ ਦੇ ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ ਕੰਵਰਬੀਰ ਸਿੰਘ ਮੰਜਿਲ, ਗੁਰਪ੍ਰਤਾਪ ਸਿੰਘ ਟਿੱਕਾ, ਸਾਬਕਾ ਸੀਨੀਅਰ ਡਿਪਟੀ ਮੇਅਰ ਅਜੇਬੀਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਰੰਧਾਵਾ, ਤਰਨ ਤਾਰਨ ਭਾਜਪਾ ਦੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਹਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸੰਧੂ ਅਤੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਸ਼ਹਿਰੀ ਭਾਜਪਾ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਹਰਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸੰਧੂ ਨੇ ਸ਼੍ਰੀ ਹਰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਨੂੰ ਨਵੀਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਲਈ ਹਾਰਦਿਕ ਵਧਾਈਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ। ਇਹ ਨਿਯੁਕਤੀ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਦਲਿਤ ਸਿੱਖ ਸਮਾਜ ਦੀ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਅਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਕੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਨੂੰ ਨਵੀਂ ਦਿਸ਼ਾ ਦੇਵੇਗੀ ਅਤੇ ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਦੇ "ਸਬਕਾ



ਸਾਥ, ਸਬਕਾ ਵਿਕਾਸ, ਸਬਕਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ" ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਨੂੰ ਹੋਰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰੇਗੀ।

ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਅੱਜ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਦੇ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਦੌਰੇ ਲਈ ਹੋਣਗੇ ਰਵਾਨਾ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਬੈਂਜਾਮਿਨ ਨੇਤਨਯਾਹੂ ਨਾਲ ਕਰਨਗੇ ਮੁਲਾਕਾਤ



ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

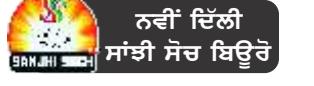
ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਨਰਿੰਦਰ ਮੋਦੀ ਅੱਜ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਦੇ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਦੌਰੇ ਲਈ ਰਵਾਨਾ ਹੋਣਗੇ। ਇਹ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਵਜੋਂ ਮੋਦੀ ਦਾ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਦਾ ਦੂਜਾ ਦੌਰਾ ਹੈ। ਉਹ ਪਹਿਲਾਂ 2017 ਵਿੱਚ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਗਏ ਸਨ, ਯਹੂਦੀ ਬਹੁਗਿਣਤੀ ਵਾਲੇ ਦੇਸ਼ ਦਾ ਦੌਰਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਹਿਲੇ ਭਾਰਤੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਬਣੇ ਸਨ। ਇਹ ਮੌਦੀ ਦਾ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਦਾ ਦੂਜਾ ਦੌਰਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸ ਦੌਰੇ ਦੌਰਾਨ, ਉਹ ਭਾਰਤ-ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਰਣਨੀਤਕ ਸਾਂਝੇਦਾਰੀ ਵਿੱਚ ਹੋਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਪ੍ਰਗਤੀ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ

ਬੈਂਜਾਮਿਨ ਨੇਤਨਯਾਹੂ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨਗੇ। ਉਹ ਵਿਗਿਆਨ ਅਤੇ ਤਕਨਾਲੋਜੀ, ਨਵੀਨਤਾ, ਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਖੇਤੀਬਾੜੀ, ਪਾਣੀ ਪ੍ਰਬੰਧਨ, ਵਪਾਰ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕਤਾ, ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਆਦਾਨ-ਪ੍ਰਦਾਨ ਸਮੇਤ ਕਈ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਹਿਯੋਗ ਦੇ ਮੌਕਿਆਂ 'ਤੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨਗੇ। ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਆਪਸੀ ਹਿੱਤ ਦੇ ਖੇਤਰੀ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵਵਿਆਪੀ ਮੁੱਦਿਆਂ 'ਤੇ ਵੀ ਚਰਚਾ ਹੋਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਹੈ। ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਵਿੱਚ ਭਾਰਤ ਦੇ ਰਾਜਦੂਤ, ਜੇ.ਪੀ. ਸਿੰਘ ਨੇ ਪੱਤਰਕਾਰ ਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਅੱਜ ਇਜ਼ਰਾਈਲ ਦੀ ਸੰਸਦ, ਨੈਸੈਟ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਨਗੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਮੋਦੀ ਇਜ਼ਰਾਈਲੀ ਸੰਸਦ ਨੂੰ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਨ



ਵਾਲੇ ਪਹਿਲੇ ਭਾਰਤੀ ਨੇਤਾ ਹੋਣਗੇ। ਮੌਦੀ ਕਾਲੂ ਇਜ਼ਰਾਈਲੀ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਇਸਹਾਕ ਹਰਜੋਗ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨਗੇ। ਵਿਦੇਸ਼ ਮੰਤਰਾਲੇ ਨੇ ਕਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਦੌਰਾ ਦੋਵਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਡੂੰਘੀ ਅਤੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਚੱਲੀ ਆ ਰਹੀ ਰਣਨੀਤਕ ਭਾਈਵਾਲੀ ਨੂੰ ਹੋਰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰੇਗਾ।

ਅਸ਼ਲੀਲ ਸਮੱਗਰੀ ਵਿਰੁੱਧ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਵੱਡੀ ਕਾਰਵਾਈ 5 ਓਟੀਟੀ ਪਲੇਟਫਾਰਮਾਂ ਨੂੰ ਕੀਤਾ ਬਲਾਕ



ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ
ਸਾਂਝੀ ਸੋਚ ਬਿਊਰੋ

ਕੇਂਦਰ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਸੂਚਨਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਸਾਰਣ ਮੰਤਰਾਲੇ ਨੇ ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ ਪੰਜ ਅੰਨਲਾਈਨ ਸਟ੍ਰੀਮਿੰਗ ਪਲੇਟਫਾਰਮਾਂ (ਓਟੀਟੀ) ਨੂੰ ਬਲਾਕ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਪਲੇਟਫਾਰਮਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਕਾਰਵਾਈ ਕੀਤੀ ਗਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ MoodXVIP, Koyal PlayPro, Digi Movieplex, Feel ਅਤੇ Jugnoo ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਸਰਕਾਰ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਪਲੇਟਫਾਰਮ ਅਸ਼ਲੀਲ ਅਤੇ ਇਤਰਾਜ਼ਯੋਗ ਸਮੱਗਰੀ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਇਹ ਸਮੱਗਰੀ ਆਈਟੀ ਐਕਟ 2000, ਆਈਟੀ ਨਿਯਮ 2021, ਭਾਰਤੀ ਦੰਡ ਸੰਹਿਤਾ ਦੀ ਧਾਰਾ 292, ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਦੇ

ਅਣਉਚਿਤ ਚਿੱਤਰਣ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦੀ ਉਲੰਘਣਾ ਕਰਦੀ ਪਾਈ ਗਈ ਹੈ। ਇਹ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਦੋਂ ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਓਟੀਟੀ ਪਲੇਟਫਾਰਮਾਂ ਨੂੰ ਬਲਾਕ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਜੁਲਾਈ ਵਿੱਚ, Ullu-ALTT ਸਮੇਤ 25 ਓਟੀਟੀ ਪਲੇਟਫਾਰਮਾਂ 'ਤੇ ਪਾਬੰਦੀ ਲਗਾਈ ਗਈ ਸੀ। ALTT ਐਪ ਨੂੰ ਫਿਲਮ ਅਤੇ ਟੀਵੀ ਨਿਰਮਾਤਾ ਏਕਤਾ ਕਪੂਰ ਨੇ ਅਪ੍ਰੈਲ 2017 ਵਿੱਚ ਲਾਂਚ ਕੀਤਾ ਸੀ। ULLU ਐਪ ਨੂੰ 2018 ਵਿੱਚ ਆਈਆਈਟੀ ਕਾਨਪੁਰ ਤੋਂ



ਗ੍ਰੈਜੂਏਟ ਵਿਭੂ ਅਗਰਵਾਲ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਮਾਰਚ 2024 ਵਿੱਚ, ਸਰਕਾਰ ਨੇ ਅਸ਼ਲੀਲ ਸਮੱਗਰੀ ਲਈ 18 OAT ਪਲੇਟਫਾਰਮਾਂ 'ਤੇ ਪਾਬੰਦੀ ਲਗਾਈ ਸੀ। ਇਸਨੇ 19 ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ, 10 ਐਪਾਂ ਅਤੇ 57 ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਹੈਂਡਲਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਬਲਾਕ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਸੀ।



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

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



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



ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਕਾਰਸਿਨੋਜਨ ਦੀ ਡੀਟਾਕਸੀਫਿਕੇਸ਼ਨ



ਸੁਰਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ
ਸ੍ਰੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਸਾਹਿਬ



ਕਾਰਸਿਨੋਜਨ ਉਹ ਭੌਤਿਕ, ਰਸਾਇਣਕ ਜਾਂ ਜੀਵ ਵਿਗਿਆਨਕ ਤੱਤ ਹਨ ਜੋ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਦੇ ਡੀਐਨਏ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਕੇ, ਜੀਨਾਂ ਦੀ ਅਭਿਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਬਦਲ ਕੇ ਜਾਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਨਿਯੰਤਰਣ ਤੰਤਰ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਕਰ ਕੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਜਾਂ ਵਿਕਾਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਆਧੁਨਿਕ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਮਨੁੱਖ ਲਗਾਤਾਰ ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ, ਦੂਸ਼ਿਤ ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਪਾਣੀ, ਤੰਬਾਕੂ ਦਾ ਧੂੰਆਂ, ਉਦਯੋਗਿਕ ਰਸਾਇਣ, ਕਿਰਾਣਾਂ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਦੇ ਕਾਰਕਾਂ ਰਾਹੀਂ ਕਾਰਸਿਨੋਜਨਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਜ਼ਹਿਰ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਕ੍ਰਿਅ ਕਰਨ ਲਈ ਸੁਧਰੇ ਹੋਏ ਤੰਤਰ ਮੌਜੂਦ ਹਨ, ਪਰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਸੰਪਰਕ ਇਹਨਾਂ ਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਨੁਕਸਾਨ ਇਕੱਠਾ ਹੁੰਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵੱਧਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਲਈ ਕਾਰਸਿਨੋਜਨਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਤੱਤਾਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ (ਡੀਟਾਕਸੀਫਿਕੇਸ਼ਨ) ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਕਾਰਸਿਨੋਜਨ ਕੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

ਕਾਰਸਿਨੋਜਨ ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

ਰਸਾਇਣਕ ਕਾਰਸਿਨੋਜਨ:

ਤੰਬਾਕੂ ਦਾ ਧੂੰਆਂ, ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ, ਭਾਰੀ ਧਾਤਾਂ, ਪ੍ਰੋਸੈਸਡ ਖੁਰਾਕ, ਉਦਯੋਗਿਕ ਸਾਲਵੈਂਟ, ਪਾਲੀਸਾਈਕਲਿਕ ਅਰੋਮੈਟਿਕ ਹਾਈਡਰੋਕਾਰਬਨ, ਨਾਈਟਰੋਸਾਮਾਈਨ।

ਭੌਤਿਕ ਕਾਰਸਿਨੋਜਨ:

ਅਲਟਰਾ ਵਾਇਲਟ ਕਿਰਾਣਾਂ, ਆਇਓਨਾਈਜ਼ਿੰਗ ਰੇਡੀਏਸ਼ਨ, ਐਸਬੈਸਟਸ ਦੇ ਰੇਸ਼ੇ।

ਜੀਵ ਵਿਗਿਆਨਕ ਕਾਰਸਿਨੋਜਨ:

ਕੁਝ ਵਾਇਰਸ, ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਅਤੇ ਪਰਜੀਵੀ ਜੋ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਸੋਜ਼ ਜਾਂ ਜੈਨੇਟਿਕ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਕੈਂਸਰ ਬਣਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਈ ਪੜਾਵਾਂ ਵਾਲੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਡੀਐਨਏ ਵਿੱਚ ਮਿਊਟੇਸ਼ਨ, ਮੁਰੰਮਤ ਤੰਤਰ ਦੀ ਖਰਾਬੀ, ਬੇਕਾਬੂ ਕੋਸ਼ਿਕਾ ਵਾਧਾ ਅਤੇ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਦੀ ਮੌਤ (ਐਪੋਪਟੋਸਿਸ) ਤੋਂ ਬਚਾਅ।

ਕਾਰਸਿਨੋਜਨਾਂ ਦੇ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਜੈਨੇਟਿਕ ਨੁਕਸਾਨ ਅਤੇ ਮਿਊਟੇਸ਼ਨ ਕਈ ਕਾਰਸਿਨੋਜਨ ਡੀਐਨਏ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਟਿਊਮਰ ਦਬਾਉਣ ਵਾਲੇ ਜੀਨਾਂ ਜਾਂ ਔਨਕੋਜੀਨਾਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਲਗਾਤਾਰ ਨੁਕਸਾਨ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਦੇ ਵਾਧੇ ਨੂੰ ਵੀ ਤੇਜ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਆਕਸੀਡੇਟਿਵ ਤਣਾਅ

ਕਾਰਸਿਨੋਜਨ ਅਕਸਰ ਫ੍ਰੀ ਰੈਡੀਕਲ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਚਰਬੀ, ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਅਤੇ ਡੀਐਨਏ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨਾਲ ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਦਿਮਾਗੀ ਰੋਗ ਅਤੇ ਮੈਟਾਬੋਲਿਕ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵੀ ਵੱਧਦਾ ਹੈ।

ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਸੋਜ਼

ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਤੱਤਾਂ ਨਾਲ ਲਗਾਤਾਰ ਸੰਪਰਕ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਹਲਕੀ ਪਰ ਸਥਾਈ ਸੋਜ਼ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਟਿਊਮਰ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਅਨੁਕੂਲ ਮਾਹੌਲ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਰੋਗ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਤੰਤਰ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ

ਕੁਝ ਕਾਰਸਿਨੋਜਨ ਇਮਿਊਨ ਸਿਸਟਮ ਨੂੰ ਦਬਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਰੀਰ ਅਸਧਾਰਣ ਕੋਸ਼ਿਕਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣ ਕੇ ਨਸ਼ਟ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਸਫਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਹਾਰਮੋਨਲ ਗੜਬੜ

ਕਈ ਰਸਾਇਣ ਹਾਰਮੋਨ ਦੀ ਨਕਲ ਕਰਦੇ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਛਾਤੀ, ਪ੍ਰੋਸਟੇਟ ਅਤੇ ਥਾਇਰਾਇਡ ਵਰਗੇ ਅੰਗਾਂ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵਧਦਾ ਹੈ।

ਅੰਗਾਂ 'ਤੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲਾ ਪ੍ਰਭਾਵ
ਕਾਰਸਿਨੋਜਨ ਜਿਗਰ, ਗੁਰਦੇ, ਫੇਫੜੇ ਅਤੇ ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਰੀਰ ਦੇ ਕੁਦਰਤੀ ਡੀਟਾਕਸੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਤੰਤਰ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਲਗਾਤਾਰ ਜ਼ਹਿਰਾਂ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਕ੍ਰਿਅ ਕਰਦਾ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਕੱਢਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਜਿਗਰ- ਮੁੱਖ ਡੀਟਾਕਸ ਅੰਗ

ਫੇਜ਼ ਇੱਕ: ਚਰਬੀ ਵਿੱਚ ਘੁਲਣਸ਼ੀਲ ਜ਼ਹਿਰਾਂ ਨੂੰ ਰਸਾਇਣਕ

ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਦਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਫੇਜ਼ ਇੱਕ: ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਘੁਲਣਸ਼ੀਲ ਬਣਾ ਕੇ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਯੋਗ ਬਣਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰਦੇ

ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਘੁਲਣਸ਼ੀਲ ਜ਼ਹਿਰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਰਾਹੀਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ। ਪਾਣੀ ਦੀ ਪੂਰੀ ਮਾਤਰਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਅੰਤੜੀਆਂ

ਪਿੱਤ ਰਾਹੀਂ ਜਿਗਰ ਤੋਂ ਜ਼ਹਿਰ ਅੰਤੜੀਆਂ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਮਲ ਰਾਹੀਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ। ਫਾਈਬਰ ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਫੇਫੜੇ

ਉੱਡਣਯੋਗ ਜ਼ਹਿਰ ਸਾਹ ਰਾਹੀਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਚਮੜੀ

ਪਸੀਨਾ ਕੁਝ ਭਾਰੀ ਧਾਤਾਂ ਅਤੇ ਜ਼ਹਿਰਾਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਕ ਹੈ।

ਡੀਟਾਕਸੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਸਮਰਥਨ ਦੇਣ ਲਈ ਵਿਗਿਆਨਕ ਤਰੀਕੇ

ਐਂਟੀਆਕਸੀਡੈਂਟ ਵਾਲੀ ਖੁਰਾਕ

ਵਿਟਾਮਿਨ ਸੀ ਵਾਲੇ ਫਲ, ਗਾਜਰ-ਪਾਲਕ ਵਰਗੀਆਂ ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਹਰੀ ਚਾਹ, ਹਲਦੀ, ਅੰਗੂਰ, ਸੁੱਕੇ ਮੇਵੇ- ਇਹ ਸਾਰੇ ਫ੍ਰੀ ਰੈਡੀਕਲ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਪੱਤੇਦਾਰ ਸਬਜ਼ੀਆਂ

ਬ੍ਰੋਕਲੀ, ਬੰਦਗੋਭੀ, ਫੁੱਲਗੋਭੀ, ਸਰੋਂ ਦੇ ਪੱਤੇ- ਇਹ ਡੀਟਾਕਸ ਐਂਜ਼ਾਈਮਾਂ ਨੂੰ ਸਰਗਰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਗੰਧਕ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ

ਲਸਣ, ਪਿਆਜ਼, ਅੰਡੇ, ਦਾਲਾਂ, ਅਨਾਜ- ਇਹ ਗਲੂਟਾਥਾਇਓਨ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਸਰੀਰ ਦਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਐਂਟੀਆਕਸੀਡੈਂਟ ਹੈ।

ਫਾਈਬਰ ਅਤੇ ਅੰਤਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ

ਫਾਈਬਰ ਜ਼ਹਿਰਾਂ ਨੂੰ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਬਾਹਰ ਕੱਢਦਾ ਹੈ। ਫਲ, ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਦਾਲਾਂ, ਅਲਸੀ ਦੇ ਬੀਜ ਅਤੇ ਫਰਮੈਂਟਡ ਖੁਰਾਕ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹਨ।

ਪਾਣੀ ਦੀ ਪੂਰੀ ਮਾਤਰਾ

ਪਾਣੀ ਜ਼ਹਿਰਾਂ ਨੂੰ ਘੋਲ ਕੇ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਕਸਰਤ ਅਤੇ ਪਸੀਨਾ

ਰੱਤ ਸੰਚਾਰ ਅਤੇ ਲਿੰਫ ਪ੍ਰਵਾਹ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਜ਼ਹਿਰਾਂ ਦੀ ਨਿਕਾਸੀ ਸੁਧਰਦੀ ਹੈ।

ਪੂਰੀ ਨੀਂਦ

ਨੀਂਦ ਦੌਰਾਨ ਕੋਸ਼ਿਕਾ ਮੁਰੰਮਤ ਅਤੇ ਡੀਟਾਕਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਤੇਜ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜ਼ਹਿਰਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਘਟਾਉਣਾ

ਤੰਬਾਕੂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ, ਪ੍ਰੋਸੈਸਡ ਅਤੇ ਸੜੀ ਹੋਈ ਖੁਰਾਕ ਘੱਟ, ਸਾਫ਼ ਪਾਣੀ, ਕੀਟਨਾਸ਼ਕ ਅਤੇ ਕਿਰਾਣਾਂ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ- ਇਹ ਸਭ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ।

ਡੀਟਾਕਸ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀਆਂ ਸੀਮਾਵਾਂ

ਬਾਜ਼ਾਰ ਵਿੱਚ ਮਿਲਣ ਵਾਲੇ ਤੁਰੰਤ ਡੀਟਾਕਸ ਉਤਪਾਦਾਂ ਲਈ ਵਿਗਿਆਨਕ ਸਬੂਤ ਘੱਟ ਹਨ। ਲੋੜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਰਤ ਜਾਂ ਬਿਨਾਂ ਨਿਗਰਾਨੀ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਭਵਿੱਖੀ ਦਿਸ਼ਾਵਾਂ

ਵਿਗਿਆਨ ਨਵੇਂ ਤਰੀਕੇ ਖੋਜ ਰਿਹਾ ਹੈ

ਪ੍ਰਸਨਲਾਈਜ਼ਡ ਡਾਇਟ (ਨਿਊਟ੍ਰੀਜੀਨੋਮਿਕਸ), ਮਾਈਕ੍ਰੋਬਾਇਓਮ ਸੁਧਾਰ, ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਬੋਝ ਦੀ ਪਛਾਣ ਲਈ ਬਾਇਓਮਾਰਕਰ ਅਤੇ ਨਵੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ।

ਕਾਰਸਿਨੋਜਨ ਮਨੁੱਖੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਗੰਭੀਰ ਖਤਰਾ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਡੀਐਨਏ ਨੁਕਸਾਨ, ਆਕਸੀਡੇਟਿਵ ਤਣਾਅ, ਸੋਜ਼ ਅਤੇ ਰੋਗ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਕ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਫਿਰ ਵੀ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਜਿਗਰ, ਗੁਰਦੇ, ਅੰਤੜੀਆਂ, ਫੇਫੜੇ ਅਤੇ ਚਮੜੀ ਰਾਹੀਂ ਮਜ਼ਬੂਤ ਡੀਟਾਕਸੀਫਿਕੇਸ਼ਨ ਤੰਤਰ ਮੌਜੂਦ ਹੈ।

ਸੰਤੁਲਿਤ ਖੁਰਾਕ, ਪਾਣੀ, ਕਸਰਤ, ਨੀਂਦ ਅਤੇ ਜ਼ਹਿਰੀਲੇ ਤੱਤਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਇਹ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਹਨ।

ਛੋਟੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਕਲੀਨਿਜ਼ਿੰਗ ਦੀ ਬਜਾਏ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਹੀ ਕੈਂਸਰ ਅਤੇ ਲੰਬੀ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਦਾ ਮੂਲ ਹੈ।



HSD TRUCKING INC

High Speed Delivery



Hiring Drivers & Owner Operators

ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਟਰੇਲਰ ਵੀ ਰੈਂਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।



ਓਨਰ ਅਪਰੇਟਰ ਅਤੇ ਟਰੱਕ ਡਰਾਈਵਰ ਤੁਰੰਤ ਮਿਲੋ।

Sabi Dhudwal
697 Palora Ave., Stc.C
Yuba City, CA 95991

Ph 530-777-3069, Cell 530-682-6370, Fax 530-755-4747

Punjab Express

Authentic North Indian Food

CATERING, FAST FOOD AND SWEETS | Dine in & Take Out

ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੇ ਕੋਲੋਂ ਖਾਣਾ ਪੈਕ ਕਰਵਾ ਕੇ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਟਰੱਕ ਡਰਾਈਵਰ ਵੀਰਾਂ ਲਈ ਪੁਸ਼ਪਥਰੀ

ਟਰਲੱਕ ਸ਼ਹਿਰ ਦੇ 99 ਫਰੀਵੇਅ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜਗ੍ਹਾ ਟਰੱਕ ਖੜ੍ਹਾ ਕਰਕੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਖਾਣਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉੱਥੇ ਹੀ ਪਹੁੰਚਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।



ਮਿਕਸ ਮਿਠਾਈ \$5.99LB | ਲੱਝੂ \$3.99LB
ਇਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਿਠਾਈ \$4.99LB | ਜਲੋਚੀ \$2.49LB

ਅਸੀਂ ਸਾਰੀਆਂ ਮਿਠਾਈਆਂ ਦੇਸੀ ਘਿਓ 'ਚ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਾਂ।

ਸਾਡੇ ਕੋਲ 5000 ਬੋਟਿਆਂ ਦੀ ਕੈਟਰਿੰਗ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਹੈ।

ਸਾਡੀ ਕੈਟਰਿੰਗ ਵਿਚ INDIAN STYLE LIVE EXPRESS COFFEE ਵੀ ਹੈ।

VEGETARIANS ਲਈ ਖਾਸ DISH
Soya Chilli, Soya Tandoori



ਅਸੀਂ ਸੈਂਟਰਲ ਵੇਲੀ ਦੀਆਂ ਮਿਠਾਈ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਘੀਟ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

OWNER : KULWINDER DHALIWAL

Phone : (209) 632-4200

1664, Country Side Drive Turlock, CA 95380
PUNJABEXPRESSTURLOCK@GMAIL.COM

Imperial Spice

Resturant Bar & Banquet Hall
Vibrant flavors of
North and South Indian cuisine.



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 ਪਲੈਟ 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



SUNSHINE AUTO CARE INC.

WE REPAIR ALL MAKES & MODELS. AUTO, DIESEL TRUCK & TRAILERS

- ✓ DPF Filter Cleaning
- ✓ Clutch
- ✓ Transmission
- ✓ New/Used Tires
- ✓ Oil Changes
- ✓ Wheel Balancing
- ✓ Truck & Trailer Repair
- ✓ All Major & Minor Repairs
- ✓ We Do Aluminum Welding
- ✓ Computer Check
- ✓ Differential
- ✓ Inspections
- ✓ Van/Reefer Work

WE PROVIDE
SHUTTLE SERVICE
FOR ALL
CUSTOMERS

hablamos español

We Speak English, Spanish & Punjabi

We Provide Towing &
24/7 Mobile Road Services
For All Autos, Trucks & Trailers

Open
Monday to
Saturday

Com-Check
T-Check
EFS Check

ACCEPTED HERE



**1003 Moffat Blvd,
Manteca CA 95336**

209-239-1551



TRUCK STOP

OPEN PARKING, DELI, SHOWER, LAUNDRY

● ਸਸਤਾ ਡੀਜ਼ਲ ● ਕਾਰਾਂ ਦੀ ਸਮੱਤੀ ਹੈਸ

We accept all major fleet cards,
credit cards including, Visa,
MC, AE, Discover, Voyag
and Writer Express.

(Or \$9 off Chevron In-Store Purchase)

Contact :

BALRAJ SINGH PANNU
541-942-0105



PIONEER VILLA



TRUCK PLAZA

MOTEL • RESTAURANT
LOUNGE • MINI-MART
GIFT SHOP • OPEN 24 HR
FLEET • MULTI SERVICE

WE ACCEPT-TCH T-CHECK
COM CHECK - EFS -
ALL MAJOR CREDIT CARDS

PREETI PANNU
(541) 369-2801
FAX (541) 369-3810

1250, Gateway Blvd. Cottage, OR 97424,
Ph : 541-942-4142 Fax : 541-942-9668

33180 HWY 228 HALSEY, OR 97348

ਦਿਖੇ
ਪੰਜਾਬੀ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ
ਵੀ ਹੋ ਅਤੇ ਹਰ ਵੇਲੇ
ਪੰਜਾਬੀ ਖਾਣਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ।

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

ਰੋਜ਼ਮਾਰਾ 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



ਪ੍ਰੋ. ਨਵ ਸੰਗੀਤ ਸਿੰਘ
ਪੋਸਟਗ੍ਰੈਜੂਏਟ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਭਾਗ,
ਅਕਾਲ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਤਲਵੰਡੀ ਸਾਬੋ
94176-92015.

ਬੰਦ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਹਿੰਦੀ ਕਹਾਣੀ

ਪੁਰਾਣੇ ਜ਼ਖਮਾਂ ਨੂੰ ਜੇ ਕੋਈ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਵੀ ਛੋਹ ਦੇਵੇ, ਤਾਂ ਖੂਨ ਵਗਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਵਾਰ-ਵਾਰ ਮਨਾਂ ਕਰਨ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਉਹ ਨਹੀਂ ਮੰਨੀ।
"ਰਹਿਣ ਦਿਓ ਨਾ... ਫਿਰ ਕਦੇ ਦੱਸ ਦੇਣਾ। ਅੱਜ ਸਾਡੇ ਵਿਆਹ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਰਾਤ ਹੈ। ਅੱਜ ਸਾਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।"

ਉਹਨੇ ਮੇਰੀ ਗੱਲ ਸੁਣ ਤਾਂ ਲਈ, ਪਰ ਮੰਨੀ ਨਹੀਂ। ਉਸਦੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਜਗਿਆਸਾ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਹੱਕ ਸੀ।

"ਮੈਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੋਚਾਂਗੀ," ਉਸਨੇ ਮੱਧਮ ਪਰ ਦ੍ਰਿੜ ਆਵਾਜ਼ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ, "ਪਰ ਸੱਚਾਈ ਜਾਣਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ... ਮੈਂ ਵੀ ਦੱਸਾਂਗੀ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਵੀ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਅਸੀਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਤੀਤ ਦੀ ਪੂਰੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਦੇਖਦੇ, ਨਵੀਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕਿਵੇਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਵੇਗੀ? ਦੱਸੋ ਨਾ... ਪਲੀਜ਼! ਮੇਰੇ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਤਾਂ ਜ਼ਰੂਰ ਹੋਵੇਗੀ। ਅਤੇ ਦੇਖੋ - ਝੂਠ ਬੋਲਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾ ਕਰਨਾ।"

ਮੈਂ ਮੁਸਕਰਾਇਆ, ਤੇ ਗੱਲ ਟਾਲਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ।

"ਓ, ਜਾਨੇਮਨ! ਤੂੰ ਵੀ ਅਜੀਬ ਹੈਂ। ਅਜਿਹਾ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਸੀ।"

"ਸਕੂਲ, ਕਾਲਜ, ਮੈਡੀਕਲ - ਕਿਤੇ ਨਾ ਕਿਤੇ ਜ਼ਰੂਰ ਕੁਝ ਹੋਵੇਗਾ," ਉਸਨੇ ਕਿਹਾ।

"ਤੁਸੀਂ ਇੰਨੇ ਸਾਲ ਇਕੱਲੇ ਨਹੀਂ ਰਹੇ ਹੋਵੋਗੇ। ਜੇ ਰਹੇ ਵੀ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਕੋਈ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਮੈਂ ਬਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹਾਂ।"

ਇਹ ਜੰਮੀ ਹੋਈ ਝੀਲ 'ਤੇ ਕਦਮ ਰੱਖਣ ਵਰਗਾ ਸੀ - ਡਰ ਸੀ ਕਿਤੇ ਬਰਫ਼ ਪਿਘਲ ਨਾ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਮੈਂ ਅਤੀਤ ਦੇ ਠੰਡੇ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਨਾ ਡੁੱਬ ਜਾਵਾਂ!

ਬਹੁਤ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਰਸਤਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲਿਆ, ਤਾਂ ਮੈਂ ਖਤਰਾ ਉਠਾ ਲਿਆ।

"ਠੀਕ ਹੈ," ਮੈਂ ਕਿਹਾ, "ਅੱਜ ਮੈਂ ਤੈਨੂੰ ਇੱਕ ਬੰਦ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਸੁਣਾਵਾਂਗਾ।" ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਕਿਤੇ ਬਹੁਤ ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਯਾਦਾਂ ਦਾ ਸ਼ੋਰ ਉਠਣ ਲੱਗਿਆ।

ਉਹ ਝੁੰਜਲਾ ਗਈ।
"ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਬੰਦ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੀ ਕਹਾਣੀ ਨਹੀਂ ਸੁਣਨੀ। ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰੇਮ-ਕਹਾਣੀ ਸੁਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹਾਂ। ਉਹ ਕੌਣ ਸੀ - ਤੁਹਾਡਾ ਪਹਿਲਾ ਪਿਆਰ?"

"ਠੀਕ ਹੈ," ਮੈਂ ਕਿਹਾ, "ਪਰ ਸੁਣ ਕੇ ਗੁੱਸੇ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਹੋਵੋਗੀ? ਗੱਲ ਤਲਾਕ ਤੱਕ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚੇਗੀ?"
ਉਹ ਮੁਸਕਰਾਈ। "ਨਹੀਂ। ਜੇ ਮੈਂ ਸੱਚ ਸੁਣਾਂਗੀ, ਤਾਂ ਸ਼ਾਇਦ ਮੇਰਾ ਪਿਆਰ ਹੋਰ ਡੂੰਘਾ ਹੋ ਜਾਵੇ। ਮੈਂ ਤਿਆਰ ਹਾਂ - ਸੁਣਾਓ।"

ਮੈਂ ਦੱਸਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ, "ਜਦੋਂ ਵੀ ਮੈਂ ਇੱਕ ਬੰਦ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਦੇਖਦਾ ਹਾਂ, ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਕੁਝ ਕੰਬਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਉਹਦੀ ਤੀਬਰਤਾ ਨਾਲ ਯਾਦ ਆਉਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।"

"ਕਿਸਦੀ?"
"ਉਸੇ ਦੀ, ਜੋ ਕਿਹਾ ਕਰਦੀ ਸੀ - ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਕਿੰਨੀ ਵੀ ਔਖੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਕੋਈ ਵੀ ਤੁਹਾਡੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦਾ।"

ਕੁਝ ਯਾਦਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਅਚਾਨਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਪਿੱਛੇ ਲੈ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਕਿਸੇ ਬੰਦ ਪਈ ਕਿਤਾਬ ਦੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪੰਨਿਆਂ ਤੱਕ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਜਾਣਬੁੱਝ ਕੇ ਨਹੀਂ ਪਲਟਿਆ ਹੁੰਦਾ।

"ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਘਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਤਾਂ ਮੈਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਚਿਰਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚਦਾ ਹਾਂ - ਅਤੇ ਮੇਰੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਭਰ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ।"

ਉਹ ਬੇਸਬਰੀ ਹੋ ਗਈ।
"ਤੁਸੀਂ ਏਧਰ-ਓਧਰ ਨਾ ਜਾਓ। ਸਾਫ਼-ਸਾਫ਼ ਦੱਸੋ - ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਬੰਦ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸਦੀ ਯਾਦ ਆਉਂਦੀ ਹੈ?"

ਮੈਂ ਕਿਹਾ, "ਉਹ ਕਾਲਜ ਵਿੱਚ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਪੜ੍ਹਦੀ ਸੀ।

ਸੁੰਦਰ, ਕੋਮਲ - ਚਿਹਰੇ 'ਤੇ ਇੱਕ ਦਿਲਕਸ਼ ਚਮਕ ਅਤੇ ਬੁੱਲ੍ਹਾਂ 'ਤੇ ਇੱਕ ਸਥਾਈ ਮੁਸਕਰਾਹਟ। ਉਸਦੇ ਪਿਤਾ ਇੱਕ ਸੜਕ ਹਾਦਸੇ ਵਿੱਚ ਦੋਵੇਂ ਲੱਤਾਂ ਤੋਂ ਅਪਾਹਜ ਹੋ ਗਏ ਸਨ। ਉਸਦੀ ਮਾਂ ਅਨਪੜ੍ਹ ਸੀ - ਉਹ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਘਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਕੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਕਰਦੀ ਸੀ।

ਸਾਡੇ ਹੀ ਮੁਹੱਲੇ ਦੇ ਇੱਕ ਫਲੈਟ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਅਧਿਆਪਕ ਨੇ ਉਸਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਲਈ ਸੀ - ਫੀਸ ਦੀ ਵੀ ਅਗਵਾਈ ਦੀ ਵੀ। ਉਸਦਾ ਨਾਮ ਸ਼ਕੀਨਾ ਸੀ। ਕਾਲਜ ਵਿੱਚ ਉਸਦਾ ਮਜ਼ਾਕ ਉਡਾਇਆ ਜਾਂਦਾ, ਪੁਰਾਣੇ ਜ਼ਮਾਨੇ ਦਾ ਨਾਮ ਕਹਿ ਕੇ। ਕੁਝ ਅਧਿਆਪਕ ਵੀ ਉਸ ਨਾਲ ਵੱਖਰਾ ਵਿਵਹਾਰ ਕਰਦੇ। ਪਰ ਉਸਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਖੂਬੀ ਇਹ ਸੀ ਕਿ ਇਹ ਚੀਜ਼ਾਂ ਉਸਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀਆਂ ਸਨ। ਉਹ ਹਰ ਸਾਲ ਪ੍ਰੀਖਿਆ ਵਿੱਚ ਟਾਪ ਕਰਦੀ ਸੀ।"

ਪਤਨੀ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਿਅੰਗ ਨਾਲ ਭਰੀ ਹੋਈ ਸੀ -
"ਤਾਂ, ਨੌਕਰਾਣੀ ਦੀ ਧੀ ਨਾਲ ਪਿਆਰ! ਪਰ ਇਸਦਾ ਬੰਦ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਨਾਲ ਕੀ ਸੰਬੰਧ?"

ਮੈਂ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਾਲ ਕਿਹਾ, "ਕਹਾਣੀ ਅਜੇ ਖਤਮ ਨਹੀਂ ਹੋਈ। ਅਤੇ ਪਿਆਰ ਦੀ ਕੋਈ ਸਮਾਜਿਕ ਸੀਮਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।"

ਉਹ ਚੁੱਪ ਹੋ ਗਈ।
"ਉਹ ਜਿੰਨੀ ਸੁੰਦਰ ਸੀ, ਓਨੀ ਹੀ ਬੁੱਧੀਮਾਨ ਵੀ। ਪਰ ਉਸਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਧਰਮ ਦੀਆਂ ਕੰਧਾਂ ਸਨ - ਕੰਡਿਆਲੀਆਂ ਤਾਰਾਂ ਨਾਲ ਘਿਰੀਆਂ ਹੋਈਆਂ। ਮੈਂ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਖੜ੍ਹਾ ਸਾਂ... ਉਹ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਸੀ। ਉਸਦੀ ਮਾਂ ਜਮਨਾ ਦੇ ਕੰਢੇ ਇੱਕ ਝੁੱਗੀ-ਝੌਂਪੜੀ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੀ ਸੀ। ਲੋਕ ਕਹਿੰਦੇ - 'ਮੁਸਲਮਾਨ ਹੋਣ ਕੇ ਜਮਨਾ ਨੂੰ ਅਪਵਿੱਤਰ ਕਰਦੀ ਹੈ।' ਇੱਕ ਦਿਨ ਸਰਕਾਰੀ ਗੱਡੀਆਂ ਆਈਆਂ। ਮੰਦਰ-ਉਸਾਰੀ ਦੇ ਨਾਮ 'ਤੇ ਝੁੱਗੀ-ਝੌਂਪੜੀ ਨੂੰ ਢਾਹ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਪਿਤਾ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਲੱਤਾਂ ਮਾਰੀਆਂ ਗਈਆਂ। ਜਦੋਂ ਮਾਂ ਅਤੇ ਧੀ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ

ਵਾਪਸ ਆਈਆਂ - ਘਰ ਗਾਇਬ ਸੀ, ਸਿਰਫ਼ ਮਲਬਾ... ਅਤੇ ਇੱਕ ਕਰਾਹੁੰਦਾ ਹੋਇਆ ਸਰੀਰ।"

ਪਤਨੀ ਨੇ ਕਿਹਾ, "ਉਹ ਚੁੱਪ ਨਹੀਂ ਰਹੇ ਹੋਣਗੇ।" "ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ," ਮੈਂ ਕਿਹਾ।

"ਪਰ ਜਦੋਂ ਰੌਲਾ ਬਹੁਤ ਉੱਚਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਆਵਾਜ਼ ਗੁੰਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹੋ ਬਹੁਗਿਣਤੀ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ। ਸ਼ਕੀਨਾ ਨੇ ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਨਹੀਂ ਛੱਡੀ। ਕੰਮ ਘੱਟਦਾ ਗਿਆ, ਸਮਰਥਨ ਖਤਮ ਹੋ ਗਿਆ - ਪਰ ਉਹ ਦ੍ਰਿੜ ਰਹੀ। ਉਸਨੇ 12ਵੀਂ ਜਮਾਤ ਪਾਸ ਕੀਤੀ। ਉਸਨੇ ਮੇਰੇ ਹੀ ਕਾਲਜ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ ਲਿਆ। ਉਸਨੇ ਸੋਨੇ ਦੇ ਤਗਮੇ ਨਾਲ ਗ੍ਰੈਜੂਏਸ਼ਨ ਕੀਤੀ... ਅਤੇ ਮੈਂ ਫੇਲੂ ਹੋ ਗਿਆ। ਫਿਰ ਉਸਨੇ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਕੀਤੀ। ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਯੂਨੀਅਨ ਦੀ ਨੇਤਾ ਬਣ ਗਈ। ਦੱਬੇ-ਕੁਚਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਬਣ ਗਈ। ਅਤੇ ਇੱਕ ਦਿਨ - ਉਸੇ ਆਵਾਜ਼ ਦੇ ਕਾਰਨ - ਉਸਨੂੰ ਜੇਲ੍ਹ ਦੇ ਬੰਦ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਪਿੱਛੇ ਪੱਕ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ।"

"ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਉਸਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਨਹੀਂ ਗਏ?" ਪਤਨੀ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ।

"ਮੈਂ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਿਆ," ਮੈਂ ਕਿਹਾ।

"ਮੇਰੀ ਨੌਕਰੀ ਅਤੇ ਧਰਮ - ਦੋਵੇਂ ਰਸਤੇ ਵਿੱਚ ਖੜ੍ਹੇ ਸਨ। ਤਰੀਕਾਂ ਵਧਦੀਆਂ ਰਹੀਆਂ... ਜ਼ਮਾਨਤ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਸਕੀ।"

ਮੈਂ ਚੁੱਪ ਹੋ ਗਿਆ।

"ਅੱਜ ਵੀ," ਮੈਂ ਕਿਹਾ, "ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਉਸ ਸੜਕ ਤੋਂ ਲੰਘਦਾ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਜੇਲ੍ਹ ਦੀ ਕਾਲ-ਕੋਠੜੀ ਮੇਰੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਵਿੱਚ ਉਭਰ ਆਉਂਦੀ ਹੈ - ਉਹੀ ਬੰਦ ਦਰਵਾਜ਼ਾ... ਜਿਸਦੇ ਪਿੱਛੇ ਮੇਰੀ ਸ਼ਕੀਨਾ ਅਜੇ ਵੀ ਕਿਤੇ ਕੈਦ ਹੈ।"

ਰਤਨ ਭਦੌਰੀਆ,

ਰਾਏ ਬਰੇਲੀ (ਉੱਤਰ ਪ੍ਰਦੇਸ਼)

Now Open New Banquet Hall in Sacramento

For more info: Contact Paul : (916)334-6000

Seating upto 1200 guests.



Flamingo
Palace
GUARANTEED BEST PRICE & SERVICE IN TOWN



Celebrate!
WEDDING, RECEPTION, QUINCEANERA
HOLIDAY PARTIES, BIRTHDAY PARTIES
CORPORATE FUNCTIONS
Beautiful Place for a Memorable Event
flamingobanquets.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



ਅਸੀਂ ਟਿਫਨ ਸੇਵਾ ਵੀ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ

DELIVERY Available



Call TO Order : (209) 216-8169

 A Kaur 2340 Lander Ave Turlock, CA 95280

ਸਿਮਰਨ 'ਤੇ ਇੱਕ ਲੇਖ

ਸਿਮਰਨ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਵਿਅਕਤੀ, ਘਟਨਾ ਜਾਂ ਵਿਚਾਰ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਉਸ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ। ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿੱਚ ਉਸ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਵਿਅਕਤੀ, ਘਟਨਾ ਜਾਂ ਵਿਚਾਰ ਦੀ ਯਾਦ ਲਿਆਉਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸਿਮਰਨ ਦੇ ਕਈ ਲਾਭ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸਿਮਰਨ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅਤੀਤ ਨਾਲ ਜੋੜਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਿਮਰਨ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪੂਰਵਜਾਂ ਦੀਆਂ ਸਾਧਾਰਨ ਕਹਾਣੀਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤੀਆਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਿਮਰਨ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਗਲਤੀਆਂ ਤੋਂ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਸਾਨੂੰ

ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਫੋਟੋਆਂ, ਵੀਡੀਓਜ਼, ਲੇਖ, ਕਿਤਾਬਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਮੱਗਰੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਸਿਮਰਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਸਾਨੂੰ ਸਿਮਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਥਾਂ ਚੁਣਨੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇੱਕ ਮੰਦਰ, ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਧਾਰਮਿਕ ਸਥਾਨ।

ਸਿਮਰਨ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਸਾਨੂੰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਾਧਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਸਿਮਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਥਾਂ ਚੁਣਨੀ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਸੁਰਜੀਤ ਸਾਰੰਗ

ਮੈਂਬਰ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ਨਲ ਸਿੱਖ ਕੌਂਸਿਲ
ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ 18
+918130660205

ਗਜ਼ਲ

ਅੰਕਸ਼ ਲਗਾਵੇ ਨਾ ਜੋ ਆਪਣੀ ਦਿੱਤੇ ਨੇ ਸਭ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਧੋਖੇ ਹੀ
ਜੁਬਾਨ ਉੱਤੇ, ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ,
ਇੱਜ਼ਤ ਨਾ ਬਹੁਤੀ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਸ ਦਾ ਅਸੀਂ ਨਾਂ ਲਿਖੀਏ
ਮਿਲਦੀ ਜਹਾਨ ਉੱਤੇ। ਦਿਲ ਦੀ ਕਿਤਾਬ ਉੱਤੇ।
ਫਿਰ ਨਾ ਦੁਬਾਰਾ ਉਹ ਆਵੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਕੀ ਬਣੂੰ ਜਿਹੜੇ ਝੂਠ
ਸੌਂਦਾ ਲੈਣ ਉੱਥੋਂ, ਬੋਲਦੇ ਨੇ,
ਇਕ ਵਾਰ ਆ ਗਿਆ ਜੋ ਉਸ ਰੱਖ ਕੇ ਹੱਥ ਪਵਿੱਤਰ ਗੀਤਾ,
ਦੀ ਦੁਕਾਨ ਉੱਤੇ। ਕੁਰਾਨ ਉੱਤੇ।
ਉਹ ਹੁਕਮਰਾਨ ਲਹਿ ਜਾਵੇ ਭਾਵੇਂ ਮਿਲੇ ਦੋ ਵੇਲੇ ਦੀ ਰੋਟੀ
ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਦਿਲਾਂ ਤੋਂ, ਔਖੇ ਹੋ ਕੇ,
ਜਿਸ ਨੇ ਵੀ ਜੁਲਮ ਕੀਤਾ ਸਾਨੂੰ ਹੈ ਮਾਣ ਫਿਰ ਵੀ ਭਾਰਤ
ਕਿਰਤੀ, ਕਿਸਾਨ ਉੱਤੇ। ਮਹਾਨ ਉੱਤੇ।
ਮਿਲ ਜਾਣਾ ਹੈ ਉਸ ਨੇ ਇਕ ਦਿਨ ਇੱਥੇ ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਵਿੱਚ,
ਆਇਆ ਹੈ ਦੋਸਤੋ, ਜੋ ਵੀ ਇਸ ਜਹਾਨ ਉੱਤੇ।



ਮਹਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਮਾਨ
ਸਲੋਹ ਰੋਡ, ਨਵਾਂ ਸ਼ਹਿਰ
99158-03554

LARRY T. NIERMAYER



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



JK TYRE INC



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



S. Singh Cell: (510) 766-9382

2955 N. Wilson Way Stockton , CA 95205

ਹਰੇ ਟਰੱਕਾਂ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਨਾਂਅ ਨਾਲ ਜਾਣੇ ਜਾਂਦੇ

SMARTWAY EXPRESS INC.



Trucking ਵਿੱਚ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਤਜਰਬੇਕਾਰ

Paul Sahota

ਓਨਰ ਓਪਰੇਟਰਾਂ ਤੇ ਟੀਮ ਡਰਾਈਵਰਾਂ ਦੀ ਲੋੜ
ਤਜਰਬਾ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 1 ਸਾਲ

ਇੱਥੇ ਟੀਮ ਡਰਾਈਵਰਾਂ ਨੂੰ 60 ਸੇਂਟ ਅਤੇ ਸੋਲੋ ਡਰਾਈਵਰਾਂ 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 ਉੱਤੇ 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 ਰੇਡੀਓ ਵੀ ਸੁਣ ਸਕਦੇ ਹੋ।



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

SHARE NOW WITH YOUR
FAMILY & FRIENDS

eBaba ENTERTAINMENT
APP AVAILABLE
ON IOS APP STORE
& GOOGLE PLAY STORE



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 ਅਖਬਾਰ ਅਤੇ
ਟੀਵੀ ਰਾਹੀਂ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਦਿਓ

ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਲਾਉਣ ਦੀ ਕੀਮਤ ਸਿਰਫ \$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 ਤਜਰਬੇਕਾਰ ਪੱਤਰਕਾਰਾਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਤਨਖਾਹ ਯੋਗਤਾ ਅਨੁਸਾਰ।

ਸੰਪਰਕ: **+1 (209) 303-1260**