ਹੱਕ ਸੱਚ ਦੀ ਆਵਾਜ਼

ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼

ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਡਿਜੀਟਲ ਐਡੀਸ਼ਨ

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖਾਲਸਾ
ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਿਹ ।।

ਮੁੱਖ ਸੰਪਾਦਕ
ਸਰਬਜੋਤ ਸਿੰਘ ਸੰਧਾ

ਮੁੱਖ ਸੰਪਾਦਕ ਸਰਬਜੋਤ ਸਿੰਘ ਸੰਧਾ | www.fatehtimesmedia.com | Email- fatehtimes1699@gmail.com

ਰਜਿ ਨੰ : ਪੀ ਬੀ 22000167 | ਫਤਿਹਾਬਾਦ , ਵੀਰਵਾਰ 10 ਸਤੰਬਰ 2026 , ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ 25 ਭਾਦੋਂ , ਸੰਮਤ 558 | ਸਾਲ: 5, ਅੰਕ 124 , ਪੰਨੇ: 4, ਮੁੱਲ: 4 ਰੁਪਏ

ਖਾਲੜਾ ਮਿਸ਼ਨ ਆਰਗੇਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਦੇ ਅਹਿਮ ਆਗੂ ਡਾਕਟਰ ਕਾਬਲ ਸਿੰਘ ਅਚਾਨਕ ਫਾਨੀ ਦੁਨੀਆ ਤੋ ਰੁਖ਼ਸਤ

ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼

ਜਥੇਬੰਦੀ ਨੂੰ ਪਿਆ ਨਾ ਪੂਰਾ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਘਾਟਾ।

ਸ਼੍ਰੀ ਗੋਇੰਦਵਾਲ ਸਾਹਿਬ, 9 ਸਤੰਬਰ (ਐਸ ਐਸ ਸੰਧਾ) ਖਾਲੜਾ ਮਿਸ਼ਨ ਆਰਗੇਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਭਾਈ ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ ਖਾਲੜਾ ਦੇ ਸਾਥੀ ਰਹੇ ਸਰਦਾਰ ਕਾਬਲ ਸਿੰਘ ਤਰਨ ਤਾਰਨ ਅਚਾਨਕ ਫ਼ਾਨੀ ਦੁਨੀਆ ਤੋ ਰੁਖ਼ਸਤ ਹੋ ਜਾਣ ਤੇ ਨਾ ਪੂਰਾ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲਾ ਘਾਟਾ ਪਿਆ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟਾਵਾ ਖਾਲੜਾ ਮਿਸ਼ਨ ਆਰਗਨਾਈਜੇਸ਼ਨ ਦੇ ਆਗੂਆਂ ਐਡਵੋਕੇਟ ਜਗਦੀਪ ਸਿੰਘ ਰੰਧਾਵਾ ਨੇ ਹੱਕ ਸੱਚ ਦਾ ਪਹਿਰੇਦਾਰ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦਿਆਂ ਕੀਤਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸ੍ਰ ਕਾਬਲ ਸਿੰਘ ਅਕਸਰ ਭਾਈ ਖਾਲੜਾ ਹੋਣਾ ਨਾਲ ਸੰਘਰਸ਼ੀਲ ਰਹੇ ਪਰ ਖਾਲੜਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਪੰਜਾਬ ਪੁਲਿਸ ਵਲੋ ਚੁੱਕ ਕੇ ਲਾਪਤਾ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਤੋ ਬਾਅਦ ਕਾਫ਼ੀ ਸਰਗਰਮ ਹੋ ਗਏ । ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਭਾਈ ਖਾਲੜਾ ਦੇ ਸਾਥੀਆਂ ਅਤੇ ਸਰਗਰਮ ਆਗੂਆਂ ਦੁਆਰਾ ਪੁਲਿਸ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਵਿੱਢੀ ਮੁਹਿੰਮ ਵਿੱਚ ਵੱਧ ਚੜ੍ਹ ਕੇ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ । ਉਹ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਪੁਲਿਸ ਅਤੇ ਹਾਕਮ ਸਰਕਾਰਾਂ ਖਿਲਾਫ ਕਾਨੂੰਨੀ ਕਾਰਵਾਈ ਲਈ ਅਤੇ ਖਾਲੜਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਮਿਸ਼ਨ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਲਿਜਾਉਣ ਲਈ ਬਣੀ ਖਾਲੜਾ ਮਿਸ਼ਨ ਜਥੇਬੰਦੀ ਨਾਲ ਮੋਢੇ ਨਾਲ ਮੋਢਾ ਜੋੜ ਕੇ ਖੜੇ ਰਹੇ । ਸਰਕਾਰਾਂ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਵਿੱਢੇ ਦ੍ਰਿੜ ਅਤੇ ਅਡੋਲ ਸੰਘਰਸ਼ ਦੇ ਪੁਰਾਣੇ ਦਸਤਾਵੇਜਾ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕੈਦ ਹੋ ਕੇ ਉਹ ਇਤਿਹਾਸ ਦੇ ਪੰਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਕਾਬਲ ਸਿੰਘ ਨਰਮ ਅਤੇ ਨਿੱਘੇ ਸੁਭਾਅ ਦੇ ਮਾਲਕ ਸਨ। ਪਹਿਲਾਂ ਓਹਨਾ ਦੁਆਰਾ ਤਰਨ ਤਾਰਨ ਵਿਖੇ ਮੈਡੀਕਲ ਕਲੀਨਿਕ ਚਲਾਏ ਜਾਣ ਕਰਕੇ ਸਾਰੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਕਾਬਲ ਸਿੰਘ ਦੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਹੀ ਸੰਬੋਧਨ ਕਰਦੇ ਸਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਤਾ-ਉਮਰ ਇੱਕ ਇਮਾਨਦਾਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਤੀਤ ਕੀਤੀ । ਕਈ ਧਰਨਿਆਂ- ਮੁਜ਼ਾਹਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਹੋ ਰਹੇ ਜ਼ੁਲਮ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਹੱਕਾਂ ਦੇ ਘਾਣ ਨੂੰ ਉਜਾਗਰ ਕਰਨ ਲਈ ਨੁੱਕੜ ਨਾਟਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਦਿਲਾਂ ਤੇ ਗਹਿਰੀ ਛਾਪ ਛੱਡੀ । ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਭਾਣਾ ਮੰਨਦੇ ਹੋਏ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਅੰਤਿਮ ਰਸਮਾਂ ਲਈ ਅਤੇ ਅਸਥੂਲ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਚਰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਨਿਵਾਸ ਬਖਸ਼ਣ ਲਈ ਮਿਤੀ 13.09.2026 ਦਿਨ ਐਤਵਾਰ ਨੂੰ ਸ਼ਹੀਦ ਊਧਮ ਸਿੰਘ ਹਾਲ ਨੰ: 01, ਭਗਤਾਂ ਵਾਲਾ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਵਿਖੇ ਅਰਦਾਸ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਮਿਹਨਤ ਨਾਲ ਹਰ ਮੈਦਾਨ ਫਤਿਹ ਹੋ ਸਕਦੈ।

ਸਰਬਜੋਤ ਸਿੰਘ ਸੰਧਾ

ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼ ਸੰਪਾਦਕੀ

ਮਨੁੱਖ ਕੁਦਰਤ ਦੀ ਬਣਾਈ ਉਹ ਸ਼ੈਅ ਹੈ ਜੋ ਮਰਿਆਦਾ ਚ ਰਹੇ ਤਾ ਵਿਕਾਸ ਹੁੰਦਾ ਤੇ ਜੇਕਰ ਮਰਿਆਦਾ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋ ਜਾਵੇ ਫਿਰ ਵਿਨਾਸ਼ ਹੀ ਹੁੰਦਾ । ਇਨਸਾਨ ਆਪਣੀ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਕੁਝ ਨਾ ਕੁਝ ਕਰਨ ਲਈ ਹਮੇਸ਼ਾ ਤਰਲੋ ਮੱਛੀ ਹੁੰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਜੇਕਰ ਉਸ ਨੇ ਕੋਈ ਟੀਚਾ ਨਹੀ ਮਿੱਥਿਆ ਤਾ ਉਸਦੀ ਸਾਰੀ ਘਾਲਣਾ ਵਿਅਰਥ ਚਲੇ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂ ਕਿ ਉਸ ਨੇ ਕੋਈ ਟੀਚਾ ਨਹੀ ਮਿੱਥਿਆ ਹੁੰਦਾ।ਮੰਜਿਲਾਂ ਭਾਵੇਂ ਜਿੰਨੀਆਂ ਮਰਜੀ ਉੱਚੀਆਂ ਹੋਣ ਪਰ ਰਸਤੇ ਤਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਪੈਰਾਂ ਥੱਲੇ ਹੁੰਦੇ ਨੇ। ਇਨਸਾਨ ਮਿਹਨਤ ਕਰਕੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਟੀਚੇ ਨੂੰ ਹਾਸਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਹਾਂ ਉਸ ਇਨਸਾਨ ਵਲੋਂ ਆਪਣੇ ਟੀਚੇ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਤੱਕ ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ । ਇਸ ਲਈ ਜਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਇਕੱਲਾ ਸਮਾਂ ਲੰਗਾਉਣ ਲਈ ਨਹੀ ਇਕ ਟੀਚਾ ਮਿੱਥ ਕੇ ਜੀਓ ਤਾ ਫਿਰ ਮਿਹਨਤ ਹਮੇਸ਼ਾ ਤੁਹਾਡਾ ਸਾਥੀ ਬਣ ਕੇ ਨਾਲ ਰਹੇਗੀ

ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਵਲੋਂ ਹਲਕਾ ਖਡੂਰ ਸਾਹਿਬ ਤੋਂ 5 ਜਨਰਲ ਕੌਂਸਲ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦਾ ਐਲਾਨ

ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼

ਹਲਕਾ ਇੰਚਾਰਜ਼ ਬੀਬਾ ਰਮਨਦੀਪ ਕੌਰ ਸ਼ੇਰੋ ਤੇ ਸਰਪੰਚ ਅਵਤਾਰ ਸਿੰਘ ਬਿੱਲਾ ਸ਼ੇਰੋ ਨੇ ਪਾਰਟੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸੁਖਬੀਰ ਸਿੰਘ ਬਾਦਲ ਦਾ ਕੀਤਾ ਧੰਨਵਾਦ

ਸ਼੍ਰੀ ਗੋਇੰਦਵਾਲ ਸਾਹਿਬ, 9 ਸਤੰਬਰ (ਐਸ ਐਸ ਸੰਧਾ/ਦਿਲਬਾਗ ਸਿੰਘ) ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸੁਖਬੀਰ ਸਿੰਘ ਬਾਦਲ ਨੇ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਜਥੇਬੰਦਕ ਢਾਂਚੇ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕਰਦਿਆਂ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਜਨਰਲ ਕੌਂਸਲ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਮਾਝੇ ਅਤੇ ਦੁਆਬੇ ਦੇ 8 ਜ਼ਿਲਿਆਂ ਦੀ ਆਖਰੀ ਤੀਜੀ ਸੂਚੀ ਜਾਰੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀ। ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਹਲਕਾ ਖਡੂਰ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਪੰਜ ਮੈਂਬਰਾ ਦੇ ਨਾਮ ਸ਼ਾਮਿਲ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਤੇਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਪ੍ਰਿੰਸ ਫਤਿਆਬਾਦ,ਸੁਖਰਾਜ ਬਹਾਦੁਰ ਸਿੰਘ ਰਾਜਾ ਭੈਲ ਢਾਏਵਾਲਾ,ਜਗਦੀਪ ਸਿੰਘ ਮਿੰਟੂ ਖਾਨ ਰਜ਼ਾਦਾ, ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਲਾਹੌਰੀਆ ਸ੍ਰੀ ਗੋਇੰਦਵਾਲ ਸਾਹਿਬ, ਨਰਪਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਰੁੜ੍ਹੇ ਆਸਲ ਦਾ ਨਾਮ ਆਇਆ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਨਿਯੁਕਤੀਆ ਤੇ ਹਲਕਾ ਇੰਚਾਰਜ ਬੀਬਾ ਰਮਨਦੀਪ ਕੌਰ ਸ਼ੇਰੋ ਤੇ ਸਰਪੰਚ ਅਵਤਾਰ ਸਿੰਘ ਬਿੱਲਾ ਸ਼ੇਰੋ ਨੇ ਪਾਰਟੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸੁਖਬੀਰ ਸਿੰਘ ਬਾਦਲ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਨਵ ਨਿਯੁਕਤ ਜਨਰਲ ਕੌਂਸਲ ਮੈਂਬਰਾ ਨੂੰ ਵਧਾਈ ਦਿੱਤੀ । ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਵਿੱਚ ਮਿਲਿਆ ਅਹਿਮ ਜਿੰਮੇਵਾਰੀਆ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋਏ ਨਵੇਂ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੇ ਵੀ ਪਾਰਟੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸੁਖਬੀਰ ਸਿੰਘ ਬਾਦਲ, ਹਲਕਾ ਇੰਚਾਰਜ ਬੀਬਾ ਰਮਨਦੀਪ ਕੌਰ ਸ਼ੇਰੋ ਤੇ ਸਰਪੰਚ ਅਵਤਾਰ ਸਿੰਘ ਬਿੱਲਾ ਸ਼ੇਰੋ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਮਿਲੀ ਹੋਈ ਜਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਨਾਲ ਨਿਭਾਉਣ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ਼ ਦਵਾਇਆ।

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਹਲਕਾ ਪੱਛਮੀਂ ਤੋਂ ਗੁਰਦੇਵ ਸਿੰਘ ਜੱਜੀ, ਜਸਬੀਰ ਸਿੰਘ ਵਡਾਲੀ ਅਤੇ ਅਟਾਰੀ ਤੋਂ ਜਸਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਜਹਾਂਗੀਰ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਵਾਰਿਸ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਵਿੱਚ ਹੋਏ ਸ਼ਾਮਿਲ

ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼

ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਨੂੰ ਵੱਡਾ ਝੱਟਕਾ

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ, 9 ਸਤੰਬਰ (ਸੰਧਾ) ਅੱਜ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਪ੍ਰੈਸ ਕਲੱਬ ਵਿਖੇ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਵਾਰਿਸ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਵੱਲੋਂ ਇੱਕ ਅਹਿਮ ਪ੍ਰੈਸ ਕਾਨਫ਼ਰੰਸ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਮੈਂਬਰ ਪਾਰਲੀਮੈਂਟ ਭਾਈ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਖਾਲਸਾ ਜੀ ਦੇ ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਵਾਰਿਸ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਬਾਪੂ ਤਰਸੇਮ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਿੱਚ ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਸਰਗਰਮ ਵਰਕਰ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਕਾਂਗਰਸ ਦੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਹਲਕਾ ਪੱਛਮੀ ਤੋਂ ਸਪੋਰਟਸ ਵਿੰਗ ਦੇ ਸਾਬਕਾ ਚੇਅਰਮੈਨ ਰਹਿ ਚੁੱਕੇ ਸ੍ਰ. ਗੁਰਦੇਵ ਜੱਜੀ, ਹਲਕਾ ਅਟਾਰੀ ਤੋਂ ਸ੍ਰ ਜਸਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਜਹਾਂਗੀਰ ਅਤੇ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਹਲਕਾ ਪੱਛਮੀ ਤੋਂ ਸ੍ਰ ਜਸਬੀਰ ਸਿੰਘ ਵਡਾਲੀ ਆਪਣੇ ਸੈਂਕੜੇ ਸਾਥੀਆਂ ਸਮੇਤ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਵਾਰਿਸ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋ ਗਏ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਏ ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਸਾਂਝੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਕਿਹਾ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਵਾਰਿਸ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਦੀ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ, ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਹੱਕਾਂ, ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਨਸ਼ੇ ਤੋ ਬਚਾਉਣ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਕੇ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀਆਂ ਸਮੇਤ ਪਾਰਟੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਏ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ ਪਾਰਟੀ ਵੱਲੋਂ ਸੌਂਪੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਹਰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਨਦੇਹੀ ਅਤੇ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਨਾਲ ਨਿਭਾਉਣਗੇ। ਬਾਪੂ ਤਰਸੇਮ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਸ੍ਰ. ਗੁਰਦੇਵ ਜੱਜੀ, (ਬਾਕੀ ਸਫਾ 2 ਤੇ)

ਹਲਕਾ ਮਜੀਠਾ ਵਿੱਚ ਭਾਈ ਪੱਪਲਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਮਾਤਾ ਜੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ, ਪਿੰਡ ਗੁਜਰਪੁਰਾ ਵਿੱਚ ਅਹਿਮ ਮੀਟਿੰਗ

ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼

ਪਿੰਡ ਵਾਸੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਭਾਈ ਪੱਪਲਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਪੂਰਨ ਸਹਿਯੋਗ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ

ਮਜੀਠਾ, 9 ਸਤੰਬਰ (ਸੰਧਾ) ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਵਾਰਿਸ ਪੰਜਾਬ ਵੱਲੋਂ ਹਲਕਾ ਮਜੀਠਾ ਦੇ ਪਿੰਡ ਗੁਜਰਪੁਰਾ ਵਿਖੇ ਇੱਕ ਅਹਿਮ ਮੀਟਿੰਗ ਮਾਤਾ ਰਣਧੀਰ ਕੌਰ ਜੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਕਰਵਾਈ ਗਈ। ਮਾਤਾ ਰਣਬੀਰ ਕੌਰ ਜੀ, ਜੋ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਵਾਰਿਸ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਹਲਕਾ ਮਜੀਠਾ ਇੰਚਾਰਜ ਅਤੇ ਭਾਈ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਖਾਲਸਾ ਦੇ ਸਾਥੀ ਭਾਈ ਪੱਪਲਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੀ ਮਾਤਾ ਜੀ ਹਨ, ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਹੇਠ ਹੋਈ ਇਸ ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਪਿੰਡ ਵਾਸੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਭਰਵਾਂ ਸਹਿਯੋਗ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ। ਮੀਟਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਮੌਜੂਦਾ ਰਾਜਨੀਤਕ ਹਾਲਾਤ, ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ, ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਹੱਕਾਂ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਭਵਿੱਖ ਸਬੰਧੀ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਹਲਕਾ ਮਜੀਠਾ ਦੇ ਇੰਚਾਰਜ ਭਾਈ ਨਾਥਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਬਾਜਵਾ, ਭਾਈ ਜੁਗਰਾਜ ਸਿੰਘ ਉਦੋ ਨੰਗਲ (ਯੂਥ ਪ੍ਰਧਾਨ), ਭਾਈ ਕਿਰਪਾਲ ਸਿੰਘ (ਸਰਕਲ ਇੰਚਾਰਜ), ਸੰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਯੂਥ, ਸੰਦੀਪ ਸਿੰਘ ਸਰਕਲ ਇੰਚਾਰਜ ਅਤੇ ਪ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਬੱਲ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਏ ਅਤੇ ਸੰਗਤਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਸਾਂਝੇ ਕੀਤੇ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਬੁਲਾਰਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਭਾਈ ਅੰਮ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਖਾਲਸਾ ਦੀ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਹੱਕਾਂ ਲਈ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਯਤਨਾਂ ਬਾਰੇ ਸੰਗਤਾਂ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਸਾਂਝੇ ਕੀਤੇ ਗਏ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਮੌਜੂਦਾ ਹਾਲਾਤ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਮੁੱਦਿਆਂ 'ਤੇ ਵੀ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਬੁਲਾਰਿਆਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬੀਆਂ ਦੇ ਹੱਕਾਂ, ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸੂਬੇ ਦੇ ਬਿਹਤਰ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਇਕਜੁੱਟ ਹੋਣਾ ਸਮੇਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੇਕਰ ਪੰਜਾਬ ਵਾਸੀ ਆਪਣੇ ਹੱਕਾਂ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਲੋਕਤੰਤਰਿਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਇਕਜੁੱਟ ਹੋ ਕੇ ਆਪਣੀ ਆਵਾਜ਼ ਬੁਲੰਦ ਕਰਨ ਤਾਂ ਪੰਜਾਬ ਨੂੰ ਮੌਜੂਦਾ ਹਾਲਾਤਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਲਈ ਇੱਕ ਮਜ਼ਬੂਤ ਲੋਕ ਲਹਿਰ ਖੜ੍ਹੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਮੀਟਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਹਾਜ਼ਰ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ 2027 ਦੀਆਂ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਚੋਣਾਂ ਸਬੰਧੀ ਵੀ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਹੱਕਾਂ ਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਲਈ (ਬਾਕੀ ਸਫਾ 2 ਤੇ)

LIC
ਭਾਰਤੀय जीवन बीमा निगम
LIFE INSURANCE CORPORATION OF INDIA

ਬੀਮਾ ਸੇਵਾ ਕੇਂਦਰ

ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਐਜੂਕੇਸ਼ਨ ਬੀਮਾ ਪੌਲਸੀ, ਲੜਕੀਆਂ ਲਈ ਕੰਨਿਆਦਾਨ ਪੌਲਸੀ, ਬੁਢਾਪਾ ਪੈਨਸ਼ਨ ਸਕੀਮ,ਮਨੀ ਬੈਂਕ ਪੌਲਸੀ, ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਬਚਤ ਪੌਲਸੀ,ਕਰੋੜਪਤੀ ਸਕੀਮ।

ਡੈਥ ਕਲੇਮ,ਮਚਿਉਰਟੀ ਜਾ ਫਿਰ ਹੋਰ ਐਲ ਆਈ ਸੀ ਸੇਵਾ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ: ਐਸ ਐਸ ਸੰਧਾ ਮੋ:9988537575

ਅਖਬਾਰਾਂ ਵਿਚ ਨਾਮ ਬਦਲੀ,ਬੇਦਖਲੀ ਨੋਟਿਸ,ਟਿਊਬਵੈਲ ਕੁਨੈਕਸ਼ਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਦੇਣ ਵੀ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਸਫਾ 1 ਦੀ ਬਾਕੀ

ਹਲਕਾ ਮਜੀਠਾ ਵਿੱਚ ਭਾਈ ਪੱਪਲਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਮਾਤਾ...

ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼ ਲਈ ਲੋਕਤੰਤਰਿਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਣ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਪਿੰਡ ਵਾਸੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਮਾਤਾ ਰਣਧੀਰ ਕੌਰ ਜੀ ਅਤੇ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਵਾਰਿਸ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਸਮੁੱਚੀ ਟੀਮ ਨੂੰ ਭਰੋਸਾ ਦਿਵਾਇਆ ਗਿਆ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਹੱਕਾਂ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਲਈ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਯਤਨਾਂ ਵਿੱਚ ਉਹ ਆਪਣਾ ਸਹਿਯੋਗ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਗੇ।

ਸਫਾ 1 ਦੀ ਬਾਕੀ

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਹਲਕਾ ਪੱਛਮੀਂ ਤੋਂ ਗੁਰਦੇਵ ਸਿੰਘ ਜੱਜੀ, ਜਸਬੀਰ ਸਿੰਘ.....

ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼ ਸ੍ਰ ਜਸਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਜਹਾਂਗੀਰ ਅਤੇ ਸ੍ਰ ਜਸਬੀਰ ਸਿੰਘ ਵਡਾਲੀ ਦਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਆਏ ਸਾਥੀਆਂ ਦਾ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਵਾਰਿਸ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਵਿੱਚ ਸਵਾਗਤ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਨਵੇਂ ਸਾਥੀਆਂ ਦੇ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋਣ ਨਾਲ ਪਾਰਟੀ ਨੂੰ ਜਥੇਬੰਦਕ ਤੌਰ ’ਤੇ ਹੋਰ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਮਿਲੇਗੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਹੱਕਾਂ, ਹਿੱਤਾਂ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਨੂੰ ਬੁਲੰਦ ਕਰਨ ਲਈ ਪਾਰਟੀ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਤੇਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਆਗੂਆਂ ਵਿੱਚ ਭਾਈ ਸ਼ਮਸ਼ੇਰ ਸਿੰਘ ਪੱਧਰੀ, ਭਾਈ ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਵਣੀਏਕੇ, ਭਾਈ ਅਮਨਦੀਪ ਸਿੰਘ ਡੱਡੂਆਣਾਂ, ਭਾਈ ਸੁਖਬੀਰ ਸਿੰਘ ਚੀਮਾਂ, ਭਾਈ ਦਯਾ ਸਿੰਘ, ਹਰਕਮਲਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ, ਚਾਚਾ ਪਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਮਹਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਤੁੰਗ, ਸੁਖਰਾਜ ਸਿੰਘ ਸੁਲਤਾਨਵਿੰਡ, ਵਿਸ਼ਾਲ ਸਿੰਘ ਖਾਲਸਾ, ਸ੍ਰ ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਵਡਾਲੀ, ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਠੇਕੇਦਾਰ, ਕੁਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਵਡਾਲੀ, ਜੋਬਨ ਰੰਧਾਵਾ, ਮਨਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ, ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਗੋਪੀ, ਰਾਜਦੀਪ ਸਿੰਘ ਮੱਟੂ, ਨਿਸ਼ਾਨ ਸਿੰਘ ਡੇਅਰੀ ਵਾਲੇ, ਬਾਬਾ ਗੁਰਪਾਲ ਸਿੰਘ, ਜਸਵੰਤ ਸਿੰਘ ਮਾਨ, ਸ੍ਰ ਉਂਕਾਰ ਸਿੰਘ, ਬਾਬਾ ਜਗਰੂਪ ਸਿੰਘ, ਹਰਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਮਨੀ ਖਾਪੜਖੇੜੀ ਅਤੇ ਵਿੱਕੀ ਵਡਾਲੀ ਮੌਜੂਦ ਸਨ।

ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਦੇ ਕੋਰ ਕਮੇਟੀ ਮੈਂਬਰ ਜਥੇਦਾਰ ਦਲਬੀਰ ਸਿੰਘ ਜਹਾਂਗੀਰ ਦੇ ਗ੍ਰਹਿ ਵਿਖੇ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਦਾ ਹੋਇਆ ਵੱਡਾ ਇਕੱਠ

ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼

ਖਡੂਰ ਸਾਹਿਬ, 9 ਸਤੰਬਰ (ਐਸ ਐਸ ਸੰਧਾ) ਮਾਝੇ ਦੇ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਹਲਕਾ ਖਡੂਰ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਅਧੀਨ ਆਉਦੇ ਪਿੰਡ ਜਹਾਂਗੀਰ ਵਿਖੇ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਦੇ ਆਗੂਆਂ ਅਤੇ ਵਰਕਰਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਇਕੱਤਰਤਾ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਦੇ ਸੀਨੀਅਰ ਆਗੂ ਅਤੇ ਪੀਏਸੀ ਮੈਂਬਰ ਜਥੇਦਾਰ ਸ੍ਰ ਦਲਬੀਰ ਸਿੰਘ ਜਹਾਂਗੀਰ ਦੇ ਗ੍ਰਹਿ ਵਿਖੇ ਹੋਈ ।ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਪਾਰਟੀ ਵਰਕਰਾਂ ਅਤੇ ਸਮਰਥਕਾਂ ਨੇ ਸਮੂਲੀਅਤ ਕੀਤੀ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਹਲਕਾ ਇੰਚਾਰਜ ਬੀਬਾ ਰਮਨਦੀਪ ਕੌਰ ਸੇਰੋਂ ਅਤੇ ਸਰਪੰਚ ਅਵਤਾਰ ਸਿੰਘ ਬਿੱਲਾ ਸੇਰੋਂ ਵਿਸੇਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਹੁੰਚੇ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਬੀਬਾ ਰਮਨਦੀਪ ਸੇਰੋਂ ਅਤੇ ਬਿੱਲਾ ਸੇਰੋਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸ੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਨੂੰ ਜਥੇਬੰਦਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਜਬੂਤ ਕਰਨ ਲਈ ਹਰੇਕ ਵਰਕਰ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਨਦੇਹੀ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ 13 ਸਤੰਬਰ ਨੂੰ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਇਤਿਹਾਸਕ 'ਪੰਜਾਬ ਬਚਾਓ ਰੈਲੀ' ਵਿੱਚ ਸਮੂਹ ਅਕਾਲੀ ਵਰਕਰਾਂ ਅਤੇ ਸੰਗਤ ਨੂੰ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਸਮੂਲੀਅਤ ਕਰਨ ਦੀ ਅਪੀਲ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਰੈਲੀ ਨੂੰ ਕਾਮਯਾਬ ਕਰਨ ਲਈ ਹਰੇਕ ਵਰਕਰ ਆਪਣੀ ਜਿੰਮੇਵਾਰੀ ਤਨਦੇਹੀ ਅਤੇ ਵਚਨਬੱਧਤਾ ਨਾਲ ਨਿਭਾਉਣ ਲਈ ਯਤਨਸੀਲ ਹੈ । ਇਸ ਮੌਕੇ ਜਥੇਦਾਰ ਦਲਬੀਰ ਸਿੰਘ ਜਹਾਂਗੀਰ ਨੇ ਆਏ ਹੋਏ ਆਗੂਆਂ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਹ 13 ਸਤੰਬਰ ਦੀ ਰੈਲੀ ਵਿੱਚ ਵੱਡਾ ਕਾਫਲਾ ਲੈਕੇ ਸਾਮਿਲ ਹੋਣਗੇ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਸਾਬਕਾ ਜਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰੀਸਦ ਮੈਂਬਰ ਬੀਬੀ ਰੁਪਿੰਦਰ ਕੌਰ ਬ੍ਰਹਮਪੁਰਾ, ਪੀ.ਏ.ਸੀ.ਮੈਂਬਰ ਸਿਕੰਦਰ ਸਿੰਘ ਵਰਾਣਾ, ਨਵ ਨਿਯੁਕਤ ਜਨਰਲ ਕੌਂਸਲ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਤੇਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਪ੍ਰਿੰਸ, ਐਸਜੀਪੀਸੀ ਮੈਂਬਰ ਜਥੇਦਾਰ ਬਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਵੇਈਂ ਪੂਈ, ਐਸਸੀ ਵਿੰਗ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਕਸਮੀਰ ਸਿੰਘ ਸਹੋਤਾ, ਮਨਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਲਾਟੀ ਹਲਕਾ ਪ੍ਰਧਾਨ, ਸੁਖਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਲਾਡੀ ਸਰਕਲ ਪ੍ਰਧਾਨ, ਜਤਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਟੋਨੀ ਸਰਕਲ ਪ੍ਰਧਾਨ, ਮਾਸਟਰ ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ ਸੰਧੂ ਸਰਕਲ ਪ੍ਰਧਾਨ, ਜਥੇਦਾਰ ਮੇਘ ਸਿੰਘ ਪ੍ਰੈਸ ਸਕੱਤਰ,ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਸਮਰਾ ਪੱਖੋਕੇ, ਕੁਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਦੇਊ, ਕੁਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਕੰਗ, ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਸਾਹ ਬਾਣੀਆਂ, ਕੁਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਮਾਲਚੱਕ, ਕੰਵਲਜੀਤ ਸਿੰਘ ਲਹੌਰੀਆ, ਹਜੂਰਾ ਸਿੰਘ, ਗੁਰਦੇਵ ਸਿੰਘ, ਸਰਦੂਲ ਸਿੰਘ, ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ ਹਕੀਮ, ਸਰਬਜੀਤ ਸਿੰਘ ਥਿੰਦ, ਗਿਆਨੀ ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ, ਸਰਬਜੀਤ ਸਿੰਘ ਪਹਿਲਵਾਨ, ਕੁਲਵੰਤ ਸਿੰਘ ਐਸਆਈ, ਪ੍ਰੇਮ ਸਿੰਘ ਪ੍ਰਧਾਨ, ਜਗੀਰ ਸਿੰਘ ਫੌਜੀ, ਜਰਮਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਆਦਿ ਆਗੂ ਮੌਜੂਦ ਸਨ।

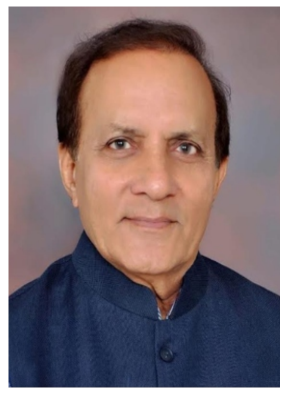
ਕੰਵਲਜੀਤ ਸਿੰਘ ਮੱਲਾ ਨੂੰ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਦੇ ਜਥੇਬੰਦਕ ਸਕੱਤਰ ਬਣਨ ’ਤੇ ਪਿੰਡ ਮੱਲਾ ਵਿਖੇ ਕੀਤਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਨਮਾਨ

ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼

ਜਗਰਾਉਂ, 9 ਸਤੰਬਰ **(ਸੰਜੀਵ ਅਰੋੜਾ)** ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ (ਬਾਦਲ) ਵੱਲੋਂ ਪਾਰਟੀ ਪ੍ਰਤੀ ਨਿਭਾਈਆਂ ਵਫ਼ਾਦਾਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਦਿਆਂ ਸਾਬਕਾ ਚੇਅਰਮੈਨ ਕੰਵਲਜੀਤ ਸਿੰਘ ਮੱਲ੍ਹਾ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬ ਦਾ ਜਥੇਬੰਦਕ ਸਕੱਤਰ ਨਿਯੁਕਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।ਇਸ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਪਿੰਡ ਮੱਲ੍ਹਾ ਦੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਅਤੇ ਵਰਕਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਮਾਗਮ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਭਰਵਾਂ ਸਨਮਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।ਇਸ ਮੌਕੇ ਹਾਜ਼ਰ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤਾਂ ਨੇ ਆਖਿਆ ਕਿ ਕੰਵਲਜੀਤ ਸਿੰਘ ਮੱਲ੍ਹਾ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਇੱਕ ਸੂਝਵਾਨ ਅਤੇ ਵਫ਼ਾਦਾਰ ਸਿਪਾਹੀ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹਲਕੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਮਜ਼ਬੂਤ ਪਕੜ ਹੈ। ਪਾਰਟੀ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਬੇਮਿਸਾਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਭੁਲਾਇਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਸਨਮਾਨ ਸਮਾਗਮ ਦੌਰਾਨ ਮੱਲ੍ਹਾ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਅਤੇ ਅਕਾਲੀ ਵਰਕਰਾਂ ਨੇ ਪਾਰਟੀ ਹਾਈਕਮਾਨ ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਮਿਹਨਤੀ ਆਗੂ ਨੂੰ ਇਹ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਸੌਂਪ ਕੇ ਪਾਰਟੀ ਨੇ ਸ਼ਲਾਘਾਯੋਗ ਕਦਮ ਚੁੱਕਿਆ ਹੈ।ਇਸ ਨਿਯੁਕਤੀ ਨਾਲ ਇਲਾਕੇ ਅੰਦਰ ਪਾਰਟੀ ਹੋਰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਹੋਵੇਗੀ।ਆਪਣੇ ਇਸ ਸਨਮਾਨ ਲਈ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਦਿਆਂ ਕੰਵਲਜੀਤ ਸਿੰਘ ਮੱਲ੍ਹਾ ਨੇ ਪਾਰਟੀ ਹਾਈਕਮਾਨ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦਿਵਾਇਆ ਕਿ ਉਹ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਇਸ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਇਮਾਨਦਾਰੀ ਅਤੇ ਤਨਦੇਹੀ ਨਾਲ ਨਿਭਾਉਣਗੇ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ, ਪੰਚ ਨਛੱਤਰ ਸਿੰਘ, ਪੰਚ ਇੰਦਰਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਪੰਚ ਜਗਰਾਜ ਸਿੰਘ, ਪੰਚ ਗੋਰਾ ਸਿੰਘ, ਪੰਚ ਬਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਕੁਲਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸਿੱਧੂ, ਕੁਲਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਿੱਧੂ, ਹਰਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਡਾ: ਬਲਵੀਰ ਸਿੰਘ, ਕਾਲੂ, ਦੀਪੂ, ਗੁਰਮੇਲ ਸਿੰਘ ਸਰਾਂ, ਪ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ, ਰਿੰਕਾ, ਸਾਬਕਾ ਪੰਚ ਸੁਖਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਕਾਲਾ, ਕਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਜਗਤਾਰ ਸਿੰਘ, ਚੰਨਣ ਸਿੰਘ, ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਪੰਮਾ, ਗੁਰਮਨ ਸਿੰਘ, ਰਾਜੂ, ਭੋਲਾ ਸਿੰਘ ਤੇ ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਆਦਿ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

ਵੋਟਰ ਸੂਚੀ ਦੀ ਸੋਧ ਲਈ 12 ਸਤੰਬਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬੀਐਲਓ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਜਗਰਾਉਂ ਦੇ ਵਸਨੀਕ : ਕਲੇਰ

ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼



ਜਗਰਾਉਂ, 9 ਸਤੰਬਰ **(ਸੰਜੀਵ ਅਰੋੜਾ)** ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਦੇ ਕੋਰ ਕਮੇਟੀ ਮੈਂਬਰ ਅਤੇ ਹਲਕਾ ਇੰਚਾਰਜ ਜਗਰਾਉਂ ਐੱਸ.ਆਰ. ਕਲੇਰ ਸਾਬਕਾ ਵਿਧਾਇਕ ਨੇ ਹਲਕੇ ਦੇ ਸਮੂਹ ਵੋਟਰਾ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਵੋਟਰ ਸੂਚੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਆਪਣੇ ਕੰਮ 12 ਸਤੰਬਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ-ਪਹਿਲਾਂ ਮੁਕੰਮਲ ਕਰਵਾ ਲੈਣ।ਸ੍ਰੀ ਕਲੇਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੇ ਨਵੀਂ ਵੋਟ ਬਣਾਉਣੀ ਹੈ, ਵੋਟਰ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੋਧ ਕਰਵਾਉਣੀ ਹੈ, ਆਪਣੀ ਵੋਟ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਹਲਕੇ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਕਰਵਾਉਣੀ ਹੈ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਹਲਕੇ ਤੋਂ ਆਪਣੀ ਵੋਟ ਜਗਰਾਉਂ ਹਲਕੇ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣੀ ਹੈ, ਉਹ ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਵਾਉਣ ।ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਵੋਟਰ ਦੀ ਵੋਟ ਉਸੇ ਸਥਾਨ ’ਤੇ ਦਰਜ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਉਸ ਦਾ ਪੱਕਾ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਪਤਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੱਗੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵੋਟਾਂ ’ਤੇ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇਤਰਾਜ਼ ਦਰਜ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਸਬੰਧਤ ਵੋਟਰ ਆਪਣਾ ਸਪਸ਼ਟੀਕਰਨ ਅਤੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਵੀ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਵਾਉਣ।ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਵੋਟਰ ਸੂਚੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਨਵੀਂ ਵੋਟ ਬਣਾਉਣ, ਵੋਟ ਕਟਵਾਉਣ, ਵੋਟ ਤਬਦੀਲ ਕਰਵਾਉਣ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੋਧ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਜਗਰਾਉਂ ਦੇ ਵਸਨੀਕਾਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਸਬੰਧਤ ਬੀ ਐੱਲ ਓ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਵੋਟ ਅਤੇ ਵੋਟਰ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਵੇਰਵਿਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰ ਲੈਣ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਤਰੁੱਟੀ ਜਾਂ ਲੋੜੀਂਦੀ ਸੋਧ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਸਮੇਂ ਅੰਦਰ 12 ਸਤੰਬਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਫਾਰਮ ਨੰਬਰ 6-7-8 ਭਰ ਕੇ ਵੋਟ ਨੂੰ ਸਹੀ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਐਸ.ਡੀ.ਐਮ. ਨੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਪਾਰਟੀਆਂ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਮੀਟਿੰਗ

ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼

ਜਗਰਾਉਂ, 9 ਸਤੰਬਰ **(ਸੰਜੀਵ ਅਰੋੜਾ)** ਅੱਜ ਐਸ.ਡੀ.ਐਮ. ਵੱਲੋਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਪਾਰਟੀਆਂ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ ਨਾਲ ਮੀਟਿੰਗ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਮੀਟਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਪਾਰਟੀਆਂ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ ਨੂੰ ਹੁਣ ਤੱਕ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਏ ਦਾਅਵਿਆਂ ਅਤੇ ਇਤਰਾਜ਼ਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਈ ਗਈ ਅਤੇ ਚੋਣ ਸੂਚੀਆਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਕਾਰਵਾਈ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ। ਨੁਮਾਇੰਦਿਆਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ-ਆਪਣੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੋਟਰਾਂ ਨੂੰ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰਨ ਕਿ ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਯੋਗ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਨਾਮ ਵੋਟਰ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਨਵੇਂ ਵੋਟਰ ਵਜੋਂ ਨਾਮ ਦਰਜ ਕਰਵਾਉਣ, ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਵੋਟਰ ਦੇ ਨਾਮ ਵਿੱਚ ਸੋਧ ਜਾਂ ਨਾਮ ਮਿਟਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਸਬੰਧਤ ਫਾਰਮ ਭਰ ਕੇ 12 ਸਤੰਬਰ 2026 ਤੱਕ ਦਾਅਵਾ/ਇਤਰਾਜ਼ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਐਸ.ਡੀ.ਐਮ. ਵੱਲੋਂ ਸਮੂਹ ਯੋਗ ਨਾਗਰਿਕਾਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਨੌਜਵਾਨ 1 ਅਕਤੂਬਰ 2026 ਨੂੰ 18 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਪੂਰੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਹ ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਵੋਟਰ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਦਰਜ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਨਵੇਂ ਵੋਟਰ ਵਜੋਂ ਅਰਜ਼ੀ ਜ਼ਰੂਰ ਦੇਣ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਯੋਗ ਵੋਟਰਾਂ ਦਾ ਨਾਮ ਡਰਾਫਟ ਵੋਟਰ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਓਨੁਮਏਰਓਟਿਨ ਫੋਰਮ ਨਾ ਭਰਨ ਕਾਰਨ ਦਰਜ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਿਆ/ਡਿਲੀਟ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ, ਉਹ ਵੀ ਨਿਰਧਾਰਤ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਅਨੁਸਾਰ ਆਪਣਾ ਦਾਅਵਾ ਪੇਸ਼ ਕਰਕੇ ਵੋਟਰ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਵਾਉਣ। ਐਸ.ਡੀ.ਐਮ. ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹਰੇਕ ਯੋਗ ਨਾਗਰਿਕ ਆਪਣੇ ਵੋਟ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਮੇਂ ਸਿਰ ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਵੋਟਰ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਚੈੱਕ ਕਰੇ ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ ’ਤੇ 12 ਸਤੰਬਰ 2026 ਤੱਕ ਅਰਜ਼ੀ/ਦਾਅਵਾ ਜ਼ਰੂਰ ਪੇਸ਼ ਕਰੇ।

ਬਾਬਾ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਮਾ ਦਾ ਨਿਰਾਦਰ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰੋ : ਕੁਲਵੰਤ ਸਿੰਘ ਸਹੋਤਾ

ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼

ਜਗਰਾਉਂ ’ਚ ਅੰਬੇਦਕਾਰੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਲੋਂ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਰੋਸ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ -ਦੋਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰੀ ਨਾ ਹੋਈ ਤਾਂ ਤਿਖੇ ਸੰਘਰਸ਼ ਦੀ ਚੇਤਾਵਨੀ

ਜਗਰਾਉਂ, 9 ਸਤੰਬਰ (ਚਰਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸਰਨਾ)-ਲੁਧਿਆਣਾ ਵਿਖੇ ਭਾਰਤ ਰਤਨ ਬਾਬਾ ਸਾਹਿਬ ਡਾ. ਭੀਮ ਰਾਓ ਅੰਬੇਦਕਰ ਜੀ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਮਾ ਦਾ ਕਥਿਤ ਤੌਰ ’ਤੇ ਨਿਰਾਦਰ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਅੰਬੇਦਕਾਰੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਵਿੱਚ ਭਾਰੀ ਰੋਸ ਪਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਘਟਨਾ ਦੇ ਵਿਰੋਧ ਵਿੱਚ ਅੱਜ ਜਗਰਾਉਂ ਅੰਦਰ ਸਮੂਹ ਅੰਬੇਦਕਾਰੀ ਲੋਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਅੰਬੇਦਕਰ ਚੌਂਕ, ਚੁੰਗੀ ਨੰਬਰ 5 ਵਿਖੇ ਇਕੱਠੇ ਹੋ ਕੇ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਰੋਸ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਦੋਸ਼ੀਆਂ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਨਾਅਰੇਬਾਜ਼ੀ ਕਰਦਿਆਂ ਸਰਕਾਰ ਅਤੇ ਪੁਲਿਸ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਤੋਂ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਕਿ ਬਾਬਾ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਮਾ ਦਾ ਨਿਰਾਦਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਤੁਰੰਤ ਪਛਾਣ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਕਾਨੂੰਨ ਅਨੁਸਾਰ ਸਖ਼ਤ ਕਾਰਵਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਸਫ਼ਾਈ ਸੇਵਕ ਯੂਨੀਅਨ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਅਰੁਣ ਗਿੱਲ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਬਾਬਾ ਸਾਹਿਬ ਡਾ. ਭੀਮ ਰਾਓ ਅੰਬੇਦਕਰ ਜੀ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਮਹਾਨ ਸੰਵਿਧਾਨ ਨਿਰਮਾਤਾ ਸਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਮਾ ਦਾ ਨਿਰਾਦਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੀਮਤ ’ਤੇ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਘਟਨਾ ਨੇ ਅੰਬੇਦਕਾਰੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਗਹਿਰੀ ਠੇਸ ਪਹੁੰਚਾਈ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਰਕਾਰ ਅਤੇ ਪੁਲਿਸ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਕਿ ਮਾਮਲੇ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਾਲ ਲੈਂਦਿਆਂ ਦੋਸ਼ੀਆਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰ ਕਰਕੇ ਨਿਰਪੱਖ ਜਾਂਚ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਈ ਜਾਵੇ। ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਚਿਤਾਵਨੀ ਦਿੱਤੀ ਕਿ ਜੇਕਰ ਦੋਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਜਲਦ ਗ੍ਰਿਫ਼ਤਾਰੀ ਨਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਤਾਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਸੰਘਰਸ਼ ਨੂੰ ਹੋਰ ਤਿੱਖਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਜਿਸ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਅਤੇ ਪੁਲਿਸ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਦੀ ਹੋਵੇਗੀ।ਇਸ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਇਕਜੁੱਟ ਹੋ ਕੇ ਬਾਬਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਸਨਮਾਨ ਅਤੇ ਸੰਵਿਧਾਨਕ ਮੁੱਲਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਲਈ ਆਵਾਜ਼ ਬੁਲੰਦ ਕਰਨ ਦਾ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ।ਇਸ ਮੌਕੇ ਸੈਂਟਰਲ ਵਾਲਮੀਕਿ ਸਭਾ ਇੰਡੀਆ ਦੇ ਪ੍ਰੈਸ ਸਕੱਤਰ ਕੁਲਵੰਤ ਸਿੰਘ ਸਹੋਤਾ ਅਤੇ ਸ਼ਹਿਰੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਅਮਿਤ ਕਲਿਆਣ, ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਸਤੀਸ਼ ਬੱਗਾ, ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ ਰਿੰਪੀ ਲੱਧੜ, ਸਰਪੰਚ ਬਲਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਸਫਾਈ ਯੂਨੀਅਨ ਪ੍ਰਧਾਨ ਰਵੀ ਗਿੱਲ, ਚੇਤਨ ਗਿੱਲ ਟਿੰਕਾ ਬੱਗਾ, ਬਿਕਰਮ ਗਿੱਲ, ਪ੍ਰਦੀਪ ਗਿੱਲ, ਰਜਿੰਦਰ ਕੁਮਾਰ, ਸਨਦੀਪ ਕੁਮਾਰ, ਸ਼ਹਿਰੀ ਪ੍ਰਧਾਨ ਲਖਵੀਰ ਸਿੰਘ, ਬਲਵਿੰਦਰ ਕਲਿਆਣ, ਡਿੰਪਲ ਸਮੇਤ ਸਮੂਹ ਭਰਾਤਰੀ ਜੱਥੇਬੰਦੀਆਂ ਦੇ ਆਗੂ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

Editor,Owner and Publisher Sarbjot Singh Sandha on behalf of Fateh Times online news and media company Regd:PB22000167,Published from Fateh Times H/O Mankdeka Road , Fatehabad,(Tarntaran) 143407
ਅਦਾਲਤੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤਾਂ ਅਤੇ ਝਗੜਿਆਂ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ ਕੇਵਲ ਲੋਕਲ ਸਬ ਡਵੀਜਨ ਖਡੂਰ ਸਾਹਿਬ ਵਿਖੇ ਹੀ ਹੋਵੇਗਾ।

12053 ਹਰਿਦੁਆਰ ਜਨਸ਼ਤਾਬਦੀ ਐਕਸਪ੍ਰੈਸ 'ਚ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ

ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ, 9 ਸਤੰਬਰ (ਹਰਪਾਲ ਸਿੰਘ) ਉੱਤਰੀ ਰੇਲਵੇ ਦੇ ਫਿਰੋਜ਼ਪੁਰ ਡਿਵੀਜ਼ਨ ਅਧੀਨ ਚੱਲਣ ਵਾਲੀ 12053 ਹਰਿਦੁਆਰ ਜਨਸ਼ਤਾਬਦੀ ਐਕਸਪ੍ਰੈਸ ਨੂੰ ਟਿਕਟ ਚੈਕਰ ਵੱਲੋਂ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਏਸੀ ਕੋਚਾਂ ਦੇ ਅਟੈਂਡੇਂਟ ਵਲੋ ਚਲਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮੁਸਾਫਰਾਂ ਤੋਂ ਪੈਸੇ ਲੈ ਕੇ ਰੇਲਵੇ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਖਜਾਨੇ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਪੈਸਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਜੇਬ ਵਿੱਚ ਪਾ ਕੇ ਰੇਲਵੇ ਵਿਭਾਗ ਨੂੰ ਚੂਨਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਮਾਮਲਾ 8 ਸਤੰਬਰ ਦਾ ਹੈ ਟਿਕਟ ਚੈਕਰ ਏਸੀ ਕੋਚ ਚੇਅਰਕਾਰ ਦੇ ਬਾਹਰ ਖੜ੍ਹੇ ਸਨ ਅਤੇ ਯਾਤਰੀ ਨੇ ਟਿਕਟ ਚੈਕਰ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਸ ਲੁਧਿਆਣਾ ਤੋਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਜਾਣਾ ਹੈ। ਟਿਕਟ ਚੈਕਰ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਪੈਸੇ ਕੋਚ ਦੇ ਅਟੈਂਡੇਂਟ ਨੂੰ ਦੇ ਦਿਓ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਮਰਜ਼ੀ ਦੀ ਸੀਟ 'ਤੇ ਬੈਠ ਜਾਓ ਉਸ ਕੋਲ ਜਨਰਲ ਟਿਕਟ ਵੀ ਮੌਜੂਦ ਸੀ ਯਾਤਰੀ ਨੇ ਏਸੀ ਕੋਚ ਦੇ ਅਟੈਂਡੇਂਟ ਨੂੰ 200 ਰੁਪਏ ਦਿੱਤੇ। ਸਭ ਤੋਂ ਹੈਰਾਨੀ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਟਿਕਟ ਚੈਕਰ ਵਲੋ ਟਰੇਨ ਅਟੈਂਡੇਂਟ ਨੂੰ ਸੀਟ ਦੇਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਟਿਕਟ ਚੈਕਰ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੀ ਰੇਲ ਮੰਤਰੀ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਕਿ ਮਾਮਲੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਕੇ ਲਾਪਰਵਾਹੀ ਵਰਤਣ ਵਾਲੇ ਟਿਕਟ ਚੈਕਰ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਸਖ਼ਤ ਕਾਰਵਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਮਾਮਲਾ ਉੱਤਰੀ ਰੇਲਵੇ ਦੇ ਫ਼ਿਰੋਜ਼ਪੁਰ ਡਿਵੀਜ਼ਨ ਦੇ ਡੀਆਰਐਮ ਅਤੇ ਸੀਨੀਅਰ ਡੀਸੀਐਮ ਦੇ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਲਿਆਂਦਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਜਦੋਂ ਟਿਕਟ ਚੈਕਰ ਰਵੀ ਕੁਮਾਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵੱਲੋਂ ਕੋਈ ਤਸੱਲੀਬਖਸ਼ ਜਵਾਬ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ।

ਆਲ ਕੇਡਰ ਪੈਨਸ਼ਨਰ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਅਤੇ ਟੈਕਨੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਯੂਨੀਅਨ ਵਲੋਂ ਨਵਨਿਯੁਕਤ ਐਸ ਡੀ ਓ ਰਾਜਦਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਨਮਾਨਤ

ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ, 9 ਸਤੰਬਰ (ਪ ਪ) ਆਲ ਕੇਡਰ ਪੈਨਸ਼ਨਰ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਅਤੇ ਟੈਕਨੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਯੂਨੀਅਨ ਵੱਲੋਂ ਤਰੱਕੀ ਉਪਰੰਤ ਉਪ ਮੰਡਲ ਅਫ਼ਸਰ ਬਣੇ ਇੰਜੀਨੀਅਰ ਰਾਜਦਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਸੁਲਤਾਨ ਵਿੰਡ ਸਬ ਡਵੀਜ਼ਨ ਵਿਖੇ ਜੁਆਇੰਨ ਕਰਨ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ

ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼

ਸੁਆਗਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਇਸ ਮੌਕੇ ਉਪ ਮੰਡਲ ਅਫ਼ਸਰ ਰਾਜਦਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਵੱਲੋਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਸਰਕਾਰ ਵੱਲੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ 600 ਯੂਨੀਟ ਮਾਫ ਕੀਤੇ ਹਨ ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਆਪਣੇ ਬਿੱਲ ਪੈਡਿੰਗ ਨਾ ਰੱਖਣ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਅਧੀਨ ਆਉਂਦੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਉਹ ਬਿਜਲੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਕੋਈ ਵੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਨਹੀਂ ਆਉਣ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਇਸ ਮੌਕੇ ਆਲ ਕੇਡਰ ਪੈਨਸ਼ਨਰ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮਦਨ ਲਾਲ ਸ਼ਰਮਾ ,ਉਪ ਮੰਡਲ ਅਫ਼ਸਰ ਸੁਧੀਰ ਕੁਮਾਰ ਚੌਧਰੀ, ਟੈਕਨੀਕਲ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਯੂਨੀਅਨ ਦੇ ਸੂਬਾ ਸਕੱਤਰ ਗੁਰਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਜੱਸਲ, ਸਰਕਲ ਪ੍ਰਧਾਨ ਰਣਜੀਤ ਸਿੰਘ, ਕੁਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਬਾਬਾ ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ, ਰਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਜੱਸਲ,ਜਗਦੀਸ਼ ਭਾਰਦਵਾਜ ,ਰਮੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ ,ਸਕੱਤਰ ਸਿੰਘ ਮਾਹਲ, ਰਮੇਸ਼ ਖੰਨਾ ,ਮਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ,ਮਨਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਆਦਿ ਹਾਜ਼ਰ ਸਨ।

ਲੇਖ ਅਤੇ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਵਿਚਲੇ ਵਿਚਾਰ ਲੇਖਕ ਜਾਂ ਕਵੀ ਦੇ ਨਿੱਜੀ ਵਿਚਾਰ ਹਨ ਜਿਸ ਨਾਲ ਅਦਾਰਾ ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼ ਦੇ ਸੰਪਾਦਕ ਦਾ ਸਹਿਮਤ ਹੋਣਾ ਜਰੂਰੀ ਨਹੀਂ।

ਪੱਤਰਕਾਰਾਂ ਦੀ ਲੋੜ

ਅਦਾਰਾ ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼ ਨੂੰ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਕਸਬਿਆਂ ਤੋਂ ਪੜ੍ਹੇ ਲਿਖੇ ਰਿਪੋਰਟਰਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਚਾਹਵਾਨ ਹੇਠ ਦਿੱਤੇ ਨੰਬਰ ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ।

ਮੋ:99885-37575

ਧੁੱਪ ਅਤੇ ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ ਦੀ ਸਾਂਝ

ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼

(ਲੜੀਵਾਰ ਲੇਖ ਕਿਸ਼ਤ 2) ਹੈ। ਉਮਰ ਵੱਧਣ ਨਾਲ ਵੀ ਚਮੜੀ ਦੀ ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਘਟ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅੱਜ ਦੀ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਵੀ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਕਾਰਕ ਹੈ। ਪੜ੍ਹਾਈ, ਨੌਕਰੀ, ਮਨੋਰੰਜਨ ਅਤੇ ਡਿਜ਼ੀਟਲ ਉਪਕਰਨਾਂ ਕਾਰਨ ਲੋਕ ਆਪਣਾ ਵੱਡਾ ਸਮਾਂ ਘਰਾਂ ਅਤੇ ਦਫ਼ਤਰਾਂ ਅੰਦਰ ਬਿਤਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਸ਼ਹਿਰੀ ਹਵਾ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਢੱਕਣ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਵੀ ਪਰਾ ਬੈਂਗਣੀ ਬੀ ਕਿਰਨਾਂ ਸੰਪਰਕ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇੱਕ ਆਮ ਗਲਤਫ਼ਹਿਮੀ ਇਹ ਵੀ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਅਸੀਂ ਖਿੜਕੀ ਕੋਲ ਬੈਠ ਕੇ ਧੁੱਪ ਲੈ ਲਈਏ ਤਾਂ ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ।

ਪਰ ਆਮ ਕੱਚ ਪਰਾ ਬੈਂਗਣੀ ਬੀ ਕਿਰਨਾਂ ਦਾ ਵੱਡਾ ਹਿੱਸਾ ਰੋਕ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਖਿੜਕੀ ਰਾਹੀਂ ਆਉਂਦੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਕਮਰੇ ਨੂੰ ਰੌਸ਼ਨ ਅਤੇ ਗਰਮ ਤਾਂ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ ਦੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਮਾਤਰਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦਾ ਪਰਾ ਬੈਂਗਣੀ ਬੀ ਕਿਰਨਾਂ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ। ਇੱਥੇ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੰਦੇਸ਼ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਵੱਧ ਧੁੱਪ = ਵੱਧ ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ ਵਾਲਾ ਸਿਧਾਂਤ ਸਹੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਚਮੜੀ ਦੀ ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਇੱਕ ਹੱਦ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸੀਮਿਤ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੱਧ ਪਰਾ ਬੈਂਗਣੀ ਬੀ ਕਿਰਨਾਂ ਨਾਲ ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਲਗਾਤਾਰ ਨਹੀਂ ਵੱਧਦੀ, ਸਗੋਂ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਲੋੜ ਤੋਂ ਵੱਧ ਪਰਾ ਬੈਂਗਣੀ ਬੀ ਕਿਰਨਾਂ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਨਾਲ ਚਮੜੀ ਦਾ ਝੁਲਸਣਾ, ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਚਮੜੀ ਦਾ ਬੁੱਢਾ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਡੀ ਐਨ ਏ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਬੇਹੱਦ ਪਰਾ ਬੈਂਗਣੀ ਬੀ ਕਿਰਨਾਂ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਚਮੜੀ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਖ਼ਤਰੇ ਨੂੰ ਵੀ ਵੱਧਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ ਲਈ ਜਾਣ-ਬੁੱਝ ਕੇ ਤਿੱਖੀ ਧੁੱਪ ਵਿੱਚ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਬੈਠਣਾ ਕੋਈ ਸਮਝਦਾਰੀ ਵਾਲੀ ਰਣਨੀਤੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸੰਤੁਲਿਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਧੁੱਪ ਸੰਪਰਕ ਹੀ ਬਿਹਤਰ ਰਾਹ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਸੂਰਜੀ ਪਰਾ ਬੈਂਗਣੀ ਬੀ ਕਿਰਨਾਂ ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕੁਦਰਤੀ ਸਾਧਨ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਇਸ ਦਾ ਇਕੱਲਾ ਸਰੋਤ ਨਹੀਂ। ਕੁਝ ਭੋਜਨ ਪਦਾਰਥਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਸੈਲਮਨ, ਸਾਰਡੀਨ ਅਤੇ ਮੈਕਰਲ ਵਰਗੀਆਂ ਚਰਬੀ ਵਾਲੀਆਂ ਮੱਛੀਆਂ ਇਸ ਦੇ ਚੰਗੇ ਕੁਦਰਤੀ ਸਰੋਤ ਹਨ। ਅੰਡੇ ਦੀ ਜ਼ਰਦੀ ਵਿੱਚ ਵੀ ਕੁਝ ਮਾਤਰਾ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਕਈ ਦੇਸ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਦੁੱਧ, ਪੌਧੇ-ਆਧਾਰਿਤ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਅਤੇ ਅਨਾਜ ਵਰਗੇ ਭੋਜਨਾਂ ਨੂੰ ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ ਨਾਲ ਫੋਰਟੀਫਾਈ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਿੱਥੇ ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਧੁੱਪ ਤੋਂ ਲੋੜੀਂਦੀ ਮਾਤਰਾ ਪੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਜਾਂ ਡਾਕਟਰੀ ਜਾਂਚ ਰਾਹੀਂ ਘਾਟ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਹੋਵੇ, ਉੱਥੇ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਅਨੁਸਾਰ ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ ਸਪਲੀਮੈਂਟ ਵੀ ਵਰਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਬਿਨਾਂ ਸਲਾਹ ਦੇ ਇਸ ਦੀ ਵੱਧ ਮਾਤਰਾ ਲੈਣਾ ਠੀਕ ਨਹੀਂ, ਕਿਉਂਕਿ ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ ਚਰਬੀ ਵਿੱਚ ਘੁਲਣ ਵਾਲਾ ਵਿਟਾਮਿਨ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਵੱਧ ਮਾਤਰਾ ਵੀ ਸਰੀਰ ਲਈ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਬਾਹਰੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਮੈਦਾਨ ਵਿੱਚ ਖੇਡਣਾ, ਤਾਜ਼ੀ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਣਾ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਸਰਗਰਮੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਮੁੱਚੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਲਾਭਦਾਇਕ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਇਹ ਨਹੀਂ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਤਿੱਖੀ ਧੁੱਪ ਵਿੱਚ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਬਿਨਾਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ। ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਛਾਂ, ਕੱਪੜਿਆਂ ਅਤੇ ਸਨਸਕ੍ਰੀਨ ਸਮੇਤ ਉਚਿਤ ਸੂਰਜੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਰਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਧੁੱਪ ਵਿੱਚ ਬੈਠਣ ਦੇ ਇੰਨੇ ਹੀ ਮਿੰਟ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਇੱਕ ਸਰਵਵਿਆਪੀ ਨਿਯਮ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਲੋੜੀਂਦਾ ਪਰਾ ਬੈਂਗਣੀ ਬੀ ਕਿਰਨਾਂ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਚਮੜੀ ਦੀ ਕਿਸਮ, ਮੌਸਮ, ਭੂਗੋਲਿਕ ਸਥਿਤੀ, ਦਿਨ ਦੇ ਸਮੇਂ, ਕੱਪੜਿਆਂ ਅਤੇ ਮੌਸਮੀ ਹਾਲਾਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਬਦਲਦਾ ਹੈ।

ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ ਦੀ ਬਣਤਰ ਮਨੁੱਖੀ ਸਰੀਰ ਅਤੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿਚਕਾਰ ਅਦਭੁੱਤ ਤਾਲਮੇਲ ਦੀ ਇੱਕ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਉਦਾਹਰਨ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਦੀ ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦਾ ਕੱਚਾ ਪਦਾਰਥ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੂਰਜ ਦੀਆਂ ਪਰਾ ਬੈਂਗਣੀ ਬੀ ਕਿਰਨਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਊਰਜਾ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਫਿਰ ਜਿਗਰ ਤੇ ਗੁਰਦੇ ਇਸ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਲਈ ਸਰਗਰਮ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਕਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਪੂਰੀ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਲਈ ਸਵਾਲ—"ਧੁੱਪ ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ ਦਾ ਸਰੋਤ ਹੈ ਜਾਂ ਉਤਪ੍ਰੇਰਕ?"—ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਸਹੀ ਜਵਾਬ ਇਹ ਹੈ:

ਧੁੱਪ ਖੁਦ ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ ਦਾ ਸਿੱਧਾ ਸਰੋਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸੂਰਜੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਦੀਆਂ ਪਰਾ ਬੈਂਗਣੀ ਬੀ ਕਿਰਨਾਂ ਚਮੜੀ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਇੱਕ ਪੂਰਵ-ਪਦਾਰਥ ਤੋਂ ਵਿਟਾਮਿਨ ਡੀ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੀ ਊਰਜਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਸਨਸ਼ਾਈਨ ਵਿਟਾਮਿਨ ਕਹਿਣਾ ਗਲਤ ਨਹੀਂ, ਪਰ ਇਸ ਦੇ (ਚਲਦਾ)

ਲੇਖਕ: ਸੁਰਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਸ੍ਰੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਸਾਹਿਬ।

ਭਰੋਵਾਲ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਚ ਗੁਲਜਾਰ ਸਿੰਘ ਦੀ ਮੌਤ ਦੇ ਵਿਰੋਧ 'ਚ ਭਾਜਪਾ ਵਰਕਰਾਂ ਨੇ ਹਰਪਾਲ ਚੀਮਾ ਦਾ ਪੁਤਲਾ ਫੂਕਿਆ

ਨਸ਼ਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਆਵਾਜ਼ ਉਠਾਉ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਜਲੀਲ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਸਰਕਾਰ ਜਵਾਬਦੇਹੀ ਤੈਅ ਕਰੇ – ਭਰੋਵਾਲ

ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼

ਸ੍ਰੀ ਗੋਇੰਦਵਾਲ ਸਾਹਿਬ, 8 ਸਤੰਬਰ (ਐਸ ਐਸ ਸੰਧਾ) ਤੀਸਰੇ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ ਦੇ ਪਵਿੱਤਰ ਜੋਤੀ ਜੋਤ ਦਿਵਸ ਅਤੇ ਸਲਾਨਾ ਮੇਲਾ ਜੱਗ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ ਵਲੋਂ ਤਿਆਰੀਆਂ ਆਰੰਭ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ,ਮੇਲਾ ਜੱਗ ਨੂੰ ਸੁਚਾਰੂ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨੇਪਰੇ ਚਾੜ੍ਹਨ ਅਤੇ ਸੰਗਤਾਂ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਲਈ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਸਥਾਨਕ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਪਲੇਠੀ ਮੀਟਿੰਗ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ ਵਲੋਂ ਮੈਨੇਜਰ ਨਿਰਮਲ ਸਿੰਘ ਕਾਹਲਵਾਂ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਚ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤੀ ਗਈ , ਮੀਟਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਮੇਲੇ ਦੀਆਂ ਤਿਆਰੀਆਂ, ਟਰੈਫਕ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ, ਪਾਰਕਿੰਗ, ਸਫਾਈ ਅਤੇ ਸੰਗਤਾਂ ਦੇ ਰਹਿਣ-ਸਹਿਣ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ,ਇਸ ਮੌਕੇ ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਦੇ ਸੂਬਾ ਮੀਤ ਪ੍ਰਧਾਨ ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਔਲਖ, ਬਲਾਕ ਪ੍ਰਧਾਨ ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਲਾਹੌਰੀਆਂ, ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਕਿਸਾਨ ਆਗੂ ਜੋਗਿੰਦਰ ਸਿੰਘ, ਹਰਭਜਨ ਸਿੰਘ ਰਾਠੌਰ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਹਰਦਿਆਲ ਸਿੰਘ ਕੰਗ ਅਤੇ ਹਰਭਜਨ ਸਿੰਘ ਸਰਾਂ ਆਦਿ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੌਜੂਦ ਸਨ, ਮੀਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਰੱਖਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਅਮਰਦਾਸ ਜੀ ਦਾ ਜੋਤੀ ਜੋਤ ਦਿਵਸ ਇਲਾਕੇ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਅਤੇ ਅਹਿਮ ਧਾਰਮਿਕ ਸਮਾਗਮ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਦੇਸ਼-ਵਿਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਲੱਖਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਸੰਗਤਾਂ ਨਤਮਤਕ ਹੋਣ ਲਈ ਪਹੁੰਚਦੀਆਂ ਹਨ,ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਮੇਲੇ ਦੌਰਾਨ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਸੰਗਤ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਨਾ ਕਰਨਾ ਪਵੇ, ਇਸ ਮੌਕੇ ਟਰੈਫਕ ਜਾਮ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਬਾਹਰੀ ਪਾਰਕਿੰਗਾਂ ਬਣਾਉਣ, ਲੰਗਰਾਂ ਦੀ ਸਹੀ ਵੰਡ ਕਰਨ, ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਸਬੰਧੀ ਸੁਝਾਅ ਰੱਖੇ ਗਏ,ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਕਿ ਸਮਾਂ ਰਹਿੰਦਿਆਂ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਮੁਕੰਮਲ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਤਾਂ ਜੋ ਮੇਲੇ ਦੌਰਾਨ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੀ ਕੁਤਾਹੀ ਨਾ ਵੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲੇ,ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਕਿ ਪਿੰਡਾਂ ਤੋ ਆ ਕੇ ਲੰਗਰ ਲਗਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਮੇਟੀਆਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਲੰਗਰ ਦੌਰਾਨ ਵੱਡੇ ਡੀਜੇ ਸਿਸਟਮ ਨਾ ਲਗਾਏ ਜਾਣ,ਉਕਤ ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਸਥਾਨਿਕ ਦੁਕਾਨਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਕਿ ਮੇਲੇ ਦੌਰਾਨ ਆਪਣੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ ਅੱਗੇ ਆਰਜ਼ੀ ਦੁਕਾਨਾਂ ਨਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤਾਂ ਕਿ ਸੰਗਤ ਨੂੰ ਕੋਈ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਨਾ ਆਵੇ ,ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ ਔਲਖ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਮੇਲਾ ਪੂਰੀ ਰਾਤ ਚੱਲਦਾ ਇਸ ਲਈ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ ਜਿੱਥੋਂ ਤੱਕ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਰੌਸਨੀ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੇ ਅਤੇ ਸੰਗਤ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਪੁਲਿਸ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨ ਨੂੰ ਲਿਖਿਆ ਜਾਵੇ,ਉਕਤ ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਮੈਨੇਜਰ ਨਿਰਮਲ ਸਿੰਘ ਕਾਹਲਵਾਂ ਨੂੰ ਭਰੋਸਾ ਦਵਾਇਆ ਕਿ ਉਹ ਜਿਹੜੀ ਸੇਵਾ ਲਗਾਉਣਗੇ ਉਹ ਤਨਦੇਹੀ ਨਾਲ ਨਿਭਾਵਾਂਗੇ,ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਮੀਟਿੰਗ ਦੌਰਾਨ ਸਥਾਨਕ ਸਿਆਸਤ ਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਪੱਖਪਾਤ ਵੀ ਦੇਖਣ ਨੂੰ ਮਿਲਿਆ,ਮੀਟਿੰਗ ਚ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਦੇ ਆਗੂਆਂ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਸੇਵੀ ਸਖਸ਼ੀਅਤਾਂ ਤੌਂ ਇਲਾਵਾ ਪਿੰਡ ਦੇ ਸਰਪੰਚ ਨਿਰਮਲ ਸਿੰਘ ਢੋਟੀ ਜੋ ਕਿ ਆਮ ਆਦਮੀ ਪਾਰਟੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਹਨ ਅਤੇ ਕਾਗਰਸ ਪਾਰਟੀ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਥਾਨਿਕ ਆਗੂ ਨੂੰ ਮੀਟਿੰਗ ਲਈ ਸੱਦਾ ਨਹੀ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ,ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਉਕਤ ਆਗੂਆਂ ਚ ਰੋਸ ਪਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ , ਇਲਾਕੇ ਦੀਆਂ ਸੰਗਤਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਆਗੂਆਂ ਵਿੱਚ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਰੋਸ ਪਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇਕਰ ਮੇਲੇ ਦੇ ਮੁੱਢਲੇ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਹੀ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ੀ ਦਾ ਦੌਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ, ਤਾਂ ਮੇਲੇ ਦੇ ਸੁਚਾਰੂ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਵਿੱਚ ਅੜਿੱਕੇ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਆਗੂਆਂ ਨੇ ਮੰਗ ਕੀਤੀ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਇਸ ਕਾਰਜਸ਼ੈਲੀ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਭੇਦਭਾਵ ਦੇ ਸਭ ਨੂੰ ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਚੱਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਇਸ ਪਾਵਨ ਇਤਿਹਾਸਕ ਦਿਹਾੜੇ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਸ਼ਰਧਾ, ਸਤਿਕਾਰ ਅਤੇ ਏਕਤਾ ਨਾਲ ਮਨਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ,ਇਸ ਸਬੰਧੀ ਜਦ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸ੍ਰੀ ਬਾਉਲੀ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਮੈਨੇਜਰ ਨਿਰਮਲ ਸਿੰਘ ਕਾਹਲਵਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਸੀਂ ਮੀਟਿੰਗ ਸਬੰਧੀ ਜੋ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਬਾਉਲੀ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਵਟਸਅਪ ਗਰੁੱਪ ਬਣਿਆ ਉਸ ਚ ਮੈਸੇਜ ਪਾਇਆ,ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸਪੈਸ਼ਲ ਸੱਦਾ ਪੱਤਰ ਨਹੀ ਭੇਜਿਆ ਗਿਆ।

ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼ CHANNEL

ਮਿਆਰੀ ਖਬਰਾਂ ਦੇਖਣ ਲਈ fatehtimes channel ਨੂੰ ਜਰੂਰ ਸਬਸਕਰਾਈਬ ਕਰੋ।

ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼ ਚੈਂਨਲ ਤੇ ਖਬਰਾਂ ਅਤੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਦੇਣ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਮੋ; 99885-37575

FT

ਹੱਕ ਸੱਚ ਦੀ ਆਵਾਜ਼

ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼

CHANNEL

ਮਿਆਰੀ ਖਬਰਾਂ ਦੇਖਣ ਲਈ fatehtimes channel ਨੂੰ ਜਰੂਰ ਸਬਸਕਰਾਈਬ ਕਰੋ।

ਫਤਿਹ ਟਾਈਮਜ਼ ਚੈਂਨਲ ਤੇ ਖਬਰਾਂ ਅਤੇ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਦੇਣ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

ਮੋ; 99885-37575