

ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਚੜ੍ਹਦੀਕਲਾ ਸਿਹਤ ਖ਼ਬਰਨਾਮਾ

ਲਟਕਦਾ ਪੇਟ ਹੋਵੇਗਾ ਅੰਦਰ ! ਸਵੇਰੇ ਖਾਲੀ ਪੇਟ ਪੀਓ ਇਹ ਡ੍ਰਿੰਕ

ਭਾਰਤ ਦੇ ਹਰ ਘਰ ਦੀ ਗੋਬੀ 'ਚ ਮਿਲਣ ਵਾਲਾ ਜੀਰਾ ਕੇਵਲ ਖਾਣੇ ਦੇ ਸਵਾਦ ਨਹੀਂ ਵਧਾਉਂਦਾ, ਸਗੋਂ ਇਹ ਸਿਹਤ ਲਈ ਵੀ ਬਹੁਤ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸ਼ੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਜੀਰਾ ਪਾਣੀ ਕਾਫੀ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੀਰਾ ਪਾਣੀ 'ਚ ਸ਼ਹਿਦ ਮਿਲਾ ਕੇ ਪੀਣ ਨਾਲ ਹਾਜ਼ਮਾ ਖਿਰਤਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬਲੱਡ ਸ਼ੂਗਰ ਵੀ ਕੰਟਰੋਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੀਰਾ ਪਾਣੀ ਸ਼ਹਿਦ 'ਚ ਮਿਲਾ ਕੇ ਪੀਣ ਨਾਲ ਕੁਝ ਖਾਣ ਦੀ ਕੁੱਝ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ ਅਤੇ ਹੈਲਥੀ ਲਾਈਫ ਸਟਾਈਲ ਨਾਲ ਜੀਰਾ ਪਾਣੀ ਵਜ਼ਨ ਘਟਾਉਣ 'ਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਪਾਚਨ 'ਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ: ਜੀਰਾ ਪਾਣੀ ਪਾਚਨ ਐਨਜ਼ਾਈਮਾਂ ਨੂੰ ਉਤੋਜਿਤ ਕਰਕੇ ਗੈਸ, ਐਸੀਡਿਟੀ ਅਤੇ ਕਬਜ਼ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਛੁਟਕਾਰਾ ਦਿਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪੇਟ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰ 'ਚ ਵਾਧੂ ਕੋਲਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਬਰਨ 'ਚ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਖਾਣਾ ਜਲਦੀ ਅਤੇ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪਚਦਾ ਹੈ।

ਵਜ਼ਨ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਫਾਇਦੇਮੰਦ: ਜੀਰਾ ਪਾਣੀ 'ਚ ਸ਼ਹਿਦ ਮਿਲਾ ਕੇ ਪੀਣ ਨਾਲ ਵਜ਼ਨ ਘਟਾਉਣ 'ਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਦੀ ਵਾਧੂ ਚਰਬੀ ਬਰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਵਜ਼ਨ ਕੰਟਰੋਲ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਡਿਟਾਕਸ ਕਰਦਾ ਹੈ: ਜੀਰਾ ਪਾਣੀ ਸਰੀਰ 'ਚ ਜਮ੍ਹਾ ਟਾਕਸਿਨਜ਼ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ 'ਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਪੇਟ ਦੀ ਸੋਜ ਘੱਟ ਅਤੇ ਬਲੱਟਿੰਗ ਘੱਟ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਬਲੱਡ ਸ਼ੂਗਰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰੇ: ਜੀਰੇ 'ਚ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਗੁਣ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਬਲੱਡ ਸ਼ੂਗਰ ਕੰਟਰੋਲ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਇਸਲਿਨ ਸੈਂਸੀਟੀਵਿਟੀ ਨੂੰ ਸਹੀ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।

ਵਿਸ਼ਵ ਮੰਚ 'ਤੇ ਸਿੱਖ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀ ਨੁਮਾਇੰਦਗੀ ਕਰੇਗਾ ਸੁਖਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ

ਨਿਊਯਾਰਕ, 8 ਫਰਵਰੀ (ਚ.ਨ.ਸ.): ਘੱਟ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ, ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ ਯੋਗਤਾ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸੁਭ ਇੰਗਲਮੁੰਟਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਨੌਜਵਾਨ ਸਿੱਖ ਆਗੂ ਸੁਖਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਲਈ ਇਹ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮਾਨਤਾ ਹੈ। ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਦੇ 150,000 ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮੀਦਵਾਰਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਉਹ ਨਿਊਯਾਰਕ ਸਥਿਤ ਸੰਯੁਕਤ ਰਾਸ਼ਟਰ ਦੇ ਮੁੱਖ ਦਫ਼ਤਰ ਵਿਖੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਨੈਸ਼ਨਲ ਮਾਡਲ ਯੂਨਾਈਟਡ ਨੈਸ਼ਨਲ ਸਿਮੂਲੇਸ਼ਨ ਲਈ ਚੁਣੇ ਗਏ ਕੇਵਲ 10,000 ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਇਆ ਹੈ। 25 ਤੋਂ 30 ਮਾਰਚ 2026 ਤੱਕ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਇਸ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮੰਚ 'ਤੇ ਸੁਖਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਭਵਿੱਖ ਦੇ ਡਿਪਲੋਮੈਟਾਂ, ਨੀਤੀ-ਨਿਰਧਾਰਕਾਂ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵ ਨੇਤਾਵਾਂ ਦੇ ਇਕ ਚੋਣਵੇਂ ਨਿਊਯਾਰਕ ਲਈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬਹੁਮੁੱਖੀ ਯੋਗਤਾ ਵਿਗਿਆਨਕ ਸੋਚ ਅਤੇ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਸੁਭ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਮੁੱਖ ਮਾਪਦੰਡ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਸੁਖਪ੍ਰੀਤ ਸਿੰਘ ਇਸ ਵੇਲੇ ਹੰਗੇਰੀ ਵਿਖੇ ਬਾਇਓਮੈਟ੍ਰੀਕਲ ਲੈਬੋਰਟਰੀ ਟੈਕਨਾਲੋਜੀ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹਨ, ਜਿੱਥੇ ਉਹ ਇਮਿਊਨੋਲੋਜੀ ਅਤੇ ਪੈਥੋਲੋਜੀ ਵਿੱਚ ਖਾਸ ਦਿਲਚਸਪੀ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੇ ਅਕਾਦਮਿਕ ਕਰੀਅਰ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ, ਉਹ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧਤਾ ਵਿੱਚ ਵੀ ਅਹਿਮ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਉਹ ਯੂਰੋਪ ਸਟੂਡੈਂਟ ਕੌਂਸਲ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਦੇ ਨਾਲ ਸਟੂਡੈਂਟ ਕੌਂਸਲ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਰਗਰਮ ਸੇਵਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

ਇਮਰਾਨ ਖਾਨ ਅਤੇ ਬੁਸ਼ਰਾ ਬੀਬੀ ਨੂੰ ਵੱਡਾ ਝਟਕਾ ਤੋਸ਼ਾਖਾਨਾ ਮਾਮਲੇ 'ਚ 17-17 ਸਾਲ ਦੀ ਕੈਦ, ਸਜ਼ਾ ਦੇ ਨਾਲ ਲੱਗਿਆ ਕਰੋੜਾਂ ਦਾ ਜੁਰਮਾਨਾ

ਰਾਵਲਪਿੰਡੀ, 8 ਫਰਵਰੀ (ਚ.ਨ.ਸ.): ਪਾਕਿਸਤਾਨ ਦੇ ਸਾਬਕਾ ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ ਇਮਰਾਨ ਖਾਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਤਨੀ ਬੁਸ਼ਰਾ ਬੀਬੀ ਨੂੰ ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਤੋਸ਼ਾਖਾਨਾ-2 ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਮਾਮਲੇ ਵਿੱਚ ਦੋਸ਼ੀ ਠਹਿਰਾ ਦਿੰਦਿਆਂ 17-17 ਸਾਲ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਸੁਣਾਈ ਹੈ। ਇਹ ਮਾਮਲਾ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਸਰਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਮਿਲੇ ਮਹਿੰਗੇ ਤੋਹਫ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਨਿਯਮਾਂ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਵੇਚਣ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਦੋਵਾਂ @ਤੇ ਕਰੋੜਾਂ ਰੁਪਏ ਦਾ ਜੁਰਮਾਨਾ ਵੀ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਰਾਵਲਪਿੰਡੀ ਦੀ ਹਾਈ-ਸਿਵਿਲਿਟੀ ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਜੇਲ੍ਹ ਵਿੱਚ ਸਥਿਤ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਦਾਲਤ ਦੇ ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਨੂੰ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਸੁਣਾਇਆ। ਜੱਜ ਸਾਹਬ ਅਹਮਦ ਨੇ ਇਮਰਾਨ ਖਾਨ ਅਤੇ ਬੁਸ਼ਰਾ ਬੀਬੀ ਨੂੰ ਕੁੱਲ 17 ਸਾਲ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਦਿੱਤੀ। ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਦੰਡ ਸੰਹਿਤਾ ਦੀ ਧਾਰਾ 409 (ਅਪਰਾਧਿਕ ਵਿਸ਼ਵਾਸਘਾਤ) ਤਹਿਤ 10 ਸਾਲ ਅਤੇ ਭ੍ਰਿਸ਼ਟਾਚਾਰ ਵਿਰੋਧੀ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀਆਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਧਾਰਾਵਾਂ ਤਹਿਤ 7 ਸਾਲ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਸੁਣਾਈ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਦੋਵਾਂ @ਤੇ 1 ਕਰੋੜ 64 ਲੱਖ ਪਾਕਿਸਤਾਨੀ ਰੁਪਏ ਦਾ ਜੁਰਮਾਨਾ ਵੀ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ। ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਉਮਰ ਅਤੇ ਅੰਤਰ ਹੋਣ ਦੇ ਨਾਤੇ ਸਜ਼ਾ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਵਰਤਣ ਦੀ ਗੱਲ ਕਹੀ। ਇਹ ਮਾਮਲਾ 2021 ਵਿੱਚ ਸੁੱਟੀ ਅਰਬ ਸਰਕਾਰ ਤੋਂ ਮਿਲੇ ਮਹਿੰਗੇ ਤੋਹਫ਼ਿਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਦੋਸ਼ ਹੈ ਕਿ

ਰਬੋ ਫੋਰਡ ਦੀ ਬੇਟੀ ਸਟੀਫ਼ਨੀ ਫੋਰਡ ਨੇ ਸੂਬੇ ਦੀ ਰਾਜਨੀਤੀ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਕਦਮ

ਟੋਰਾਂਟੋ, 8 ਫਰਵਰੀ (ਚ.ਨ.ਸ.): ਟੋਰਾਂਟੋ ਦੇ ਮਰਹੂਮ ਮੈਮਰ ਰਬੋ ਫੋਰਡ ਦੀ ਬੇਟੀ ਅਤੇ ਓਟੋਰੀਓ ਦੇ ਪ੍ਰੀਮੀਅਰ ਡਗ ਫੋਰਡ ਦੀ ਭਤੀਜੀ, 20 ਸਾਲਾ ਸਟੀਫ਼ਨੀ ਫੋਰਡ ਨੇ ਸੂਬੇ ਰਾਜਨੀਤੀ ਵਿੱਚ ਕਦਮ ਰੱਖ ਲਿਆ ਹੈ। ਪਿਛਲੇ ਹਫ਼ਤੇ ਓਟੋਰੀਓ ਪ੍ਰੋਗਰੈਸਿਵ ਕੰਫ਼ਰੇਂਸ ਵਿੱਚ (ਪੀਐਸ) ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਕੋਵੈਨੈਂਟ ਦੌਰਾਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਾਰਟੀ ਦੀ ਔਗਜ਼ੀਕਿਊਟਿਵ ਕਮੇਟੀ ਦਾ ਮੈਂਬਰ ਚੁਣਿਆ ਗਿਆ। ਇਹ ਸਮਾਗਮ ਓਟੋਰੀਓ ਦੇ ਟੋਰਾਂਟੋ ਕਾਂਗਰੇਸ ਸੈਂਟਰ ਵਿੱਚ ਹੋਇਆ। ਯਾਰਕ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਦੀ ਵਿਦਿਆਰਥਣ ਸਟੀਫ਼ਨੀ ਫੋਰਡ ਨੂੰ ਯੂਵਾ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਚੁਣਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਪਾਰਟੀ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਅਨੁਸਾਰ ਉਹ ਉਪ-ਪ੍ਰਧਾਨਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਵੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਮੰਨਿਆ ਕਿ ਇਸ ਚੁਣੌਤੀ ਨੂੰ ਉਸ ਲਈ ਪੀਐਸ ਪਾਰਟੀ ਦੀ 9ਵੀਂ ਉਪ-ਪ੍ਰਧਾਨ ਅਤੇ ਯੂਵਾ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀ ਬਣਨਾ ਸਨਮਾਨ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਲਿੰਕਡਇਨ ਪ੍ਰੋਫ਼ਾਈਲ ਮੁਤਾਬਕ, ਸਟੀਫ਼ਨੀ ਫੋਰਡ ਨੇ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਸਮਾਜਿਕ ਜਨਰਲ ਮੋਡਰਨ ਵਿੱਚ ਯਾਰਕ ਸੈਂਟਰ ਤੋਂ ਐਮਪੀਪੀ ਮਾਈਕਲ ਕਰਜ਼ਨਰ ਨਾਲ ਇੰਟਰਨੈਸ਼ ਪੀ ਕੀਤੀ ਸੀ।

ਲੋਕ ਸਭਾ ਸਪੀਕਰ ਨੇ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਣ-ਮਰਿਯਾਦਾ ਅਤੇ ਮਰਿਯਾਦਾ ਦੇ ਖੋਰੇ 'ਤੇ ਕੀਤੀ ਚਿੰਤਾ ਪ੍ਰਗਟ

ਪਟਨਾ, 8 ਫਰਵਰੀ (ਚ.ਨ.ਸ.): ਲੋਕ ਸਭਾ ਸਪੀਕਰ ਸ਼੍ਰੀ ਓਮ ਬਿਰਲਾ ਨੇ ਅੱਜ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਣ-ਮਰਿਯਾਦਾ ਅਤੇ ਮਰਿਯਾਦਾ ਦੇ ਖੋਰੇ ਤੇ ਚਿੰਤਾ ਪ੍ਰਗਟ ਕੀਤੀ। ਵਿਧਾਨਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੀ ਪਵਿੱਤਰਤਾ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ @ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ, ਸ਼੍ਰੀ ਬਿਰਲਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਅਤੇ ਮਹਿਮਾ ਨਾਲ ਮਰਿਯਾਦਾ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ ਹਰੇਕ ਜਨਤਕ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀ ਦੀ ਬੁਨਿਆਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਲੋਕਤੰਤਰ ਦੀ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੰਸਥਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦੀ ਸ਼ਾਨ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਅਤੇ ਰੱਖਿਆ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਵਿਧਾਨਕ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਵਿੱਚ ਵਿਧਾਨ ਅਤੇ ਬੇਕਾਮ ਆਚਰਣ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ @ਤੇ ਚਿੰਤਾ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਸ਼੍ਰੀ ਬਿਰਲਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਅਜਿਹੇ ਖ਼ਤਰਨਾਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਦੇ ਅਕਸ ਨੂੰ ਨਿਰਦਮ ਪਹੁੰਚਾਉਣੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਗੱਲਬਾਤ, ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਬਹਿਸ ਅਤੇ ਰਚਨਾਤਮਕ ਚਰਚਾ @ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦੇਣ ਦੀ ਅਪੀਲ

ਕੀਤੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਅੱਗੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ ਕਿ ਆਲੋਚਨਾ ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਤੱਥਾਂ 'ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਲੋਕ ਭਲਾਈ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਤੋਂ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਲੋਕ ਸਭਾ ਦੇ ਸਪੀਕਰ ਨੇ ਇਹ ਵੀ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸੰਸਦੀ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਅਤੇ ਰਚਨਾਤਮਕ ਆਲੋਚਨਾ 'ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਅਰਥਪੂਰਨ ਵਿਧਾਨਕ ਨਿਗਰਾਨੀ ਲੋਕਤੰਤਰ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸ਼੍ਰੀ ਬਿਰਲਾ ਨੇ ਇਹ ਵਿਚਾਰ ਅੱਜ ਬਿਹਾਨ ਵਿਧਾਨ ਸਭਾ ਦੇ ਸੰਸਦਾਨ ਦਿਵਸ ਨੂੰ ਮਨਾਉਣ

ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਸੇਵਾ ਮਿਸ਼ਨ ਪਟਿਆਲਾ ਵੱਲੋਂ ਇਨਾਮ ਵੰਡ ਸਮਾਰੋਹ

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਗੁਰਮਤਿ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਲਈ ਸੰਸਥਾ ਦਾ ਉਪਰਾਲਾ
ਸ਼ਲਾਘਾਯੋਗ: ਡਾ. ਜਗਜੀਤ ਸਿੰਘ ਦਰਦੀ, ਡਾ. ਪ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ

ਪਟਿਆਲਾ, 8 ਫਰਵਰੀ (ਚ.ਨ.ਸ.): ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਸੇਵਾ ਮਿਸ਼ਨ ਪਟਿਆਲਾ ਵੱਲੋਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਲਈ ਗਈ ਸਲਾਨਾ ਗੁਰਮਤਿ ਪ੍ਰਥਮਾ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲੇ ਸਥਾਨ ਤੇ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦਾ ਸਨਮਾਨ ਹਿੱਤ ਅਤੇ ਗੁਰਮਤਿ ਸਮਾਗਮ ਅਤੇ ਇਨਾਮ ਵੰਡ ਸਮਾਰੋਹ ਗੁ. ਸਿੰਘ ਸਭਾ ਮਾਲ ਰੋਡ ਵਿਖੇ ਕਰਵਾਇਆ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਤੇ ਪ੍ਰਚਾਰਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਗਤਾਂ ਨੂੰ ਨਿਹਾਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਪੁੱਜੀਆਂ ਰਾਜਨੀਤਿਕ ਅਤੇ ਪਾਰਮਿਕ ਸਖਸ਼ੀਅਤਾਂ ਨੇ ਹਾਜ਼ਰੀ ਲਗਾਈ। ਚੜ੍ਹਦੀਕਲਾ ਦੇ ਚੇਅਰਮੈਨ ਪਦਮ ਸ੍ਰੀ ਡਾ. ਜਗਜੀਤ ਸਿੰਘ ਦਰਦੀ, ਡਾ. ਪ੍ਰਿਤਪਾਲ ਸਿੰਘ ਵਾਈਸ ਚਾਂਸਲਰ ਵਰਲਡ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਫਤਿਹਗੜ੍ਹ ਸਾਹਿਬ, ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਅਕਾਲੀ ਦਲ ਦੇ ਸੀਨੀਅਰ ਲੀਡਰ ਇੰਦਰ ਮੋਹਨ ਸਿੰਘ ਬਜਾਜ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਸ੍ਰੀ ਦੂਖ ਨਿਵਾਰਨ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਰੋਡ ਗੁੱਤੀ ਭਾਈ ਪ੍ਰਣਾਮ ਸਿੰਘ ਜੀ ਐਸਜੀਪੀਐੱਮ ਮੈਂਬਰ ਸਤਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਭਰਵਾਲ ਨੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਨਮਾਨ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਿਆਂ ਹੋਇਆ ਆਈਆਂ ਹੋਈਆਂ ਸਖਸ਼ੀਅਤਾਂ ਨੇ

ਕਿਹਾ ਕਿ ਜੋ ਇਹ ਪਾਰਮਿਕ ਸੰਸਥਾ ਪਿਛਲੇ ਕਈ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਲਈ ਅਜਿਹੇ ਉਪਰਾਲੇ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ ਇਹ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸ਼ਲਾਘਾਯੋਗ ਹਨ। ਅੱਜ ਦੀ ਪੀੜੀ ਵਿੱਚ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਗੁਰਮਤਿ ਨਾਲ ਜੋੜਨ ਲਈ ਇਹ ਨੌਕ ਉਪਰਾਲਾ ਹੈ

ਜੋ ਕਿ ਸਮੇਂ ਦੀ ਲੋੜ ਮੁਤਾਬਕ ਹੈ। ਇਸ ਉਪਰਾਲੇ ਸਦਕਾ ਨੌਜਵਾਨ ਪੀੜੀ ਸਿੱਖੀ ਜੀਵਨ ਤੋਂ ਜਾਬੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਗੁਰੂ ਸਿਧਾਂਤ ਤੇ ਚਲਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਤੇ ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਸੇਵਾ ਮਿਸ਼ਨ ਪਟਿਆਲਾ ਦੇ ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ ਸੁਰਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਹੋਰ ਮੈਂਬਰ

ਮਿਲਾਨ ਵਿੱਚ ਉਲੰਪਿਕ ਵਿਰੋਧੀ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਹੋਇਆ ਹਿੰਸਕ

ਮਿਲਾਨ (ਇਟਲੀ, 8 ਫਰਵਰੀ (ਚ.ਨ.ਸ.): ਨਿਊਜ਼ ਏਜੰਸੀ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਅਨੁਸਾਰ, ਮਿਲਾਨ ਵਿੱਚ ਉਲੰਪਿਕ ਵਿਰੋਧੀ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਦੇ ਰਾਤ ਹਿੰਸਾ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਗਿਆ ਜਦੋਂ ਇਕ ਵੱਡੇ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਸ਼ਾਂਤੀਪੂਰਨ ਮਾਰਚ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨਕਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਪੁਲਿਸ ਵਿਚਕਾਰ ਝੜਪਾਂ ਹੋਈਆਂ, ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਔਥਰੂ ਗੈਸ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਤੋਪਾਂ ਤਾਇਨਾਤ ਕੀਤੀਆਂ। ਇਹ ਅਸ਼ਾਂਤੀ ਉਦੋਂ ਹੋਈ ਜਦੋਂ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੇ ਉੱਤਰੀ ਇਟਲੀ ਵਿੱਚ ਰੇਲਵੇ ਲਾਈਨਾਂ 'ਤੇ ਡੋਨਤੋੜ ਦੀਆਂ ਸ਼ੱਕੀ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਦੀ ਵੱਧੇਰੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ। ਰਿਪੋਰਟ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਉਸਾਰੀ ਪੁੱਜੇਕਟਾਂ ਬਾਰੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਸੰਬੰਧੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਖੇਡਾਂ ਦੀ ਮੁੱਢਲੀ ਆਰਥਿਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਖਰਚਿਆਂ ਵਜੋਂ ਵਰਣਨ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦਾ ਹਵਾਲਾ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨਕਾਰੀਆਂ ਨੇ 2026 ਸਰਦੀਆਂ ਦੀਆਂ ਉਲੰਪਿਕ ਖੇਡਾਂ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕਰਨ ਲਈ ਦਿਨ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਮਿਲਾਨ ਵਿੱਚੋਂ ਮਾਰਚ ਕੀਤਾ,। ਇਹ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਅਸਥਿਰ ਉਲੰਪਿਕ ਕਮੇਟੀ ਦੁਆਰਾ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿਚ ਮਿਲਾਨ, ਲੰਬਾਰਡੀ ਅਤੇ ਉੱਤਰੀ ਇਟਲੀ ਦੇ ਹੋਰ ਹਿੱਸਿਆਂ ਤੋਂ ਭਾਗੀਦਾਰ ਸ਼ਾਮਿਲ ਸਨ।

ਉਲੰਪਿਕ ਕਾਂਸੀ ਤਮਗਾ ਜੇਤੂ ਮੁੱਕੇਬਾਜ਼ ਲਵਲੀਨਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤਾ। ਮਹਿਲਾਵਾਂ ਦੇ 54 ਕਿ. ਗ੍ਰਾ. ਵਰਗ 'ਚ ਖੇਡਾਂ ਦੀ ਕਾਂਸੀ ਤਮਗਾ ਜੇਤੂ ਮੁੱਕੇਬਾਜ਼ ਲਵਲੀਨਾ ਪੁੱਤੀ ਪਵਾਰ ਨੇ ਸੋਮੀਵਾਈਨਲ 'ਚ ਫਰਾਂਸ ਦੀ ਆਇਆ ਹਮਦੀ ਨੂੰ 5-0 ਨਾਲ ਹਰਾਇਆ ਤੇ ਫਾਈਨਲ 'ਚ ਉਸ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਪੁਨਮ ਨਾਲ ਹੋਵੇਗਾ। ਪੁਨਮ ਨੇ ਇੰਗਲੈਂਡ ਦੀ ਆਈਵੀ-ਜੇਨ ਸਮਿਥ ਨੂੰ 4-1 ਨਾਲ ਹਰਾਇਆ। ਮਹਿਲਾਵਾਂ 'ਚ ਫਾਈਨਲ 'ਚ ਪਹੁੰਚਣ ਵਾਲੀਆਂ ਹੋਰ ਭਾਰਤੀ ਮੁੱਕੇਬਾਜ਼ਾਂ 'ਚ ਮੰਜੂ ਰਾਣੀ (48 ਕਿ. ਗ੍ਰਾ.), ਨੀਤੂ ਘੰਘਾਸ (51 ਕਿ. ਗ੍ਰਾ.), ਪਿਆ (60 ਕਿ. ਗ੍ਰਾ.), ਅਰੁਪਤੀ ਚੌਧਰੀ (70 ਕਿ. ਗ੍ਰਾ.), ਤੇ ਨੈਨਾ (80 ਕਿ. ਗ੍ਰਾ.) ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਆਪਣੇ-ਆਪਣੇ ਸੋਮੀਵਾਈਨਲ ਮੁਕਾਬਲੇ ਜਿੱਤੇ।

ਚੀਨ ਦਾ ਕਮਾਲ ! ਬਣਾਇਆ 28 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਦਾ ਸਮੁੰਦਰੀ ਕਾਰੀਡੋਰ, 2 ਘੰਟੇ ਦੀ ਦੂਰੀ ਗੁਣ 20 ਮਿੰਟਾਂ 'ਚ ਹੋਵੇਗੀ ਤੈਅ

ਬੀਜਿੰਗ, 8 ਫਰਵਰੀ (ਚ.ਨ.ਸ.): ਚੀਨ ਨੇ ਸ਼ੇਨਜ਼ੇਨ-ਜ਼ੋਂਗਸ਼ਾਨ ਰੇਲਵੇ ਦਾ ਉਦਘਾਟਨ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਹ 28 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਲੰਬਾ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸਮੁੰਦਰ ਦੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਅੰਦਰ 6.8 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਲੰਬੀ ਇੱਕ ਸੁਰੰਗ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਇੰਜੀਨੀਅਰਿੰਗ ਦੀ ਬੇਮਿਸਾਲ ਮਿਸਾਲ ਪੇਸ਼ ਕਰਦਾ ਇਹ ਸੀ-ਲਿੰਕ ਦੇ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਸਫ਼ਰ ਦੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਲਗਪਗ ਦੋ ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਘਟਾ ਕੇ ਸਿਰਫ਼ 20 ਮਿੰਟ ਹਰ ਦਿੱਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਗੁੱਟਰ ਬੇਅ ਏਰੀਆ ਵਿੱਚ ਕਨੈਕਟੀਵਿਟੀ ਬਿਹਤਰ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਦੀ ਖ਼ਾਸ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਕਾਰੀਡੋਰ ਵਿੱਚ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਤਿਆਰ ਸੁਰੰਗ ਸੈਕਸ਼ਨ ਅਤੇ ਐਂਡਵਾਸਡ ਵੈਂਟੀਲੇਸ਼ਨ ਸਿਸਟਮ ਲਗਾਇਆ

ਭਾਰਤ-ਅਮਰੀਕਾ ਟ੍ਰੇਡ ਡੀਲ 'ਚ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਖੇਤਰ ਦੀ ਸੰਪੂਰਨ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਕਿਸਾਨ ਹਿਤ ਸਰਬਉੱਚ : ਚੌਹਾਨ

ਭੋਪਾਲ, 8 ਫਰਵਰੀ (ਚ.ਨ.ਸ.): ਕੇਂਦਰੀ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਅਤੇ ਕਿਸਾਨ ਭਲਾਈ ਮੰਤਰੀ ਸ਼੍ਰੀ ਸ਼ਿਵਰਾਮ ਸਿੰਘ ਚੌਹਾਨ ਨੇ ਸਪਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤ-ਅਮਰੀਕਾ ਟ੍ਰੇਡ ਡੀਲ ਵਿੱਚ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਖੇਤਰ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਸਾਰੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਭਾਰਤੀ ਕਿਸਾਨਾਂ ਦੇ ਹਿੱਤਾਂ ਦੀ ਪੂਰਨ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਸ਼੍ਰੀ ਚੌਹਾਨ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਸਮਝੌਤੇ ਵਿੱਚ ਅਜਿਹਾ ਕੋਈ ਵੀ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਉਤਪਾਦ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਭਾਰਤੀ ਕਿਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਵੇ। ਰਾਸ਼ਟਰ ਹਿਤ ਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਉੱਚ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਸਾਰੀਆਂ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਵਸਤੂਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਸਮਝੌਤੇ ਤੋਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਾਹਰ ਰੱਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਕੇਂਦਰੀ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਹ ਸਪਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਹੈ ਕਿ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੈਨੇਟਿਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੋਧੇ ਹੋਏ (Genetically Modified-GM) ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਹ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਦੁਰਦਰਸ਼ੀ ਫ਼ੈਸਲਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਭਾਰਤੀ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਦੀ ਸੁੱਧਤਾ ਬਣੀ ਰਹੇਗੀ ਅਤੇ ਸਾਡੀ ਮਿੱਟੀ ਅਤੇ ਖੇਤੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣਗੀ।

ਅਮਰੀਕਾ ਤੋਂ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮਿਲੇਗੀ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ: ਸ਼੍ਰੀ ਚੌਹਾਨ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਅਮਰੀਕਾ ਨੂੰ ਮੀਟ, ਪੋਲਟਰੀ, ਡੇਅਰੀ, ਸੋਇਆਬੀਨ, ਮੱਠੀ, ਚੱਚ, ਕਣਕ, ਚੀਨੀ, ਮੱਠੇ ਅਨਾਜ, ਬੀਠਾਨਲ ਅਤੇ ਤੇਸ਼ਾਕੂ ਸਮੇਤ ਕਿਸੇ ਵੀ ਖੇਤੀਬਾੜੀ ਉਤਪਾਦ 'ਤੇ ਕੋਈ ਟੈਰਿਫ ਛੋਟ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕੋਲਾ, ਸਟ੍ਰਾਬੇਰੀ, ਚੈਰੀ, ਖੱਟੇ ਫਲ, ਹਰੀ ਮਟਰ, ਕਾਬੂਲੀ ਛੋਲੇ, ਮੁੰਗੀ, ਤੇਲ ਬੀਜ, ਫਿਲਿੱਕ ਬਗੈਰ ਅਨਾਜ ਅਤੇ ਆਟਾ, ਆਲੂ, ਪਿਆਜ਼, ਮਟਰ, ਬੀਨਜ਼, ਖੀਰਾ, ਮਸ਼ਰੂਮ, ਵ੍ਰੈਂਜ਼ ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਸੰਤਰਾ, ਔਗੂਰ, ਨਿੰਬੂ ਅਤੇ ਮਿਕਸਡ ਡੇਅਰੀ ਸਬਜ਼ੀਆਂ ਵੀ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਆਯਾਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ।

ਡੇਅਰੀ ਉਤਪਾਦਾਂ ਦੀ ਪੂਰਨ ਸੁਰੱਖਿਆ: ਕੇਂਦਰੀ ਮੰਤਰੀ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਲਿਊਰਡ, ਪਾਊਡਰ ਅਤੇ ਕਰੈੱਡਸ ਮਿਲਕ, ਕ੍ਰੀਮ, ਯੋਗਰਟ, ਬਟਰ ਮਿਲਕ, ਮੱਖਣ, ਘਿਓ, ਬਟਰ

ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਨੇ ਡਾ. ਜ਼ਕਿਰ ਹੁਸੈਨ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜਨਮ ਵਰ੍ਹੇਗੰਢ 'ਤੇ ਫੁੱਲਮਾਲਾਵਾਂ ਭੇਟ ਕੀਤੀਆਂ

ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ, 8 ਫਰਵਰੀ (ਚ.ਨ.ਸ.): ਭਾਰਤ ਦੇ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਸ਼੍ਰੀਮਤੀ ਦ੍ਰੋਪਦੀ ਮੁਰਮੂ ਨੇ ਅੱਜ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਭਵਨ ਵਿਖੇ ਭਾਰਤ ਦੇ ਸਾਬਕਾ ਰਾਸ਼ਟਰਪਤੀ ਡਾ. ਜ਼ਕਿਰ ਹੁਸੈਨ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜਨਮ ਵਰ੍ਹੇਗੰਢ 'ਤੇ ਸ਼ਰਧਾ ਦੇ ਫੁੱਲ ਭੇਟ ਕੀਤੇ।

ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਬਹਿਸ਼ਾਂ, ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰੇ ਅਤੇ ਕਮੇਟੀ ਦੇ ਕੰਮ ਵਿੱਚ ਅਰਥਪੂਰਨ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਦੁਆਰਾ, ਵਿਧਾਇਕ ਸ਼ਾਸਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਜਨਤਕ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਲੋਕਤੰਤਰ ਦੀ ਸਭ ਤੋਂ ਕੀਮਤੀ ਸੰਪਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਦਨ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਇਮਾਨਦਾਰ ਅਤੇ ਸਿਧਾਂਤਕ ਆਚਰਣ ਦੁਆਰਾ ਇਸਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪੱਛੂ ਅਤੇ ਦੂਰ-ਦੁਰਾਡੇ ਖੇਤਰਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਮੁੱਦਿਆਂ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ 'ਤੇ ਜ਼ੋਰ ਦਿੱਤਾ। ਸ਼੍ਰੀ ਬਿਰਲਾ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਨੂੰ ਜਨਤਕ ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਵਿਧਾਨਕ ਪਹਿਲਕਦਮੀਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਹਿੱਸੇਦਾਰ ਦੇ ਸੱਦੇ ਹੋਏ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਮਾਵੇਸ਼ੀ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਢੁਕਵੇਂ ਕਾਨੂੰਨ ਰਾਹੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦਾ ਹੱਲ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

