

SWITCH
INSURANCE

AUTO, HOME & COMMERCIAL

- Commercial Vehicle Insurance
- Commercial Property Insurance
- Commercial General Liability (CGL)
- Rental Property

905-965-7474
www.SwitchInsurance.ca

7900 Hurontario St Suite 308, Brampton, ON L6Y 0P6



ਕੈਨੇਡੀਅਨ

ਪੰਜਾਬੀ ਪੋਸਟ

Award winning news paper | Canadian Punjabi Post

JOSHI LAW OFFICE
Barrister, Solicitor & Notary Public

- Immigration
- Real Estate
- Commercial Law
- Affidavit
- Power of Attorney

Rakesh M. Joshi
B.A., LL.B.

info@joshilawoffice.com | joshilawoffice.com
416-213-8600
6921 Steels Ave. W. Unit 11, Etobicoke, ON

To view our online newspaper visit punjabipost.ca/epaper | Vol 24* Issue 129 | Wednesday, 17 July 2024 | Tel: 905-793-2202 | Fax: 905-793-2282 | news@punjabipost.ca | ਤੁਸੀਂ 'ਪੰਜਾਬੀ ਪੋਸਟ' Online ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਪੜ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹੋ

ਭਾਰੀ ਮੀਂਹ ਅਤੇ ਹੜ੍ਹ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਟੋਰਾਂਟੋ ਵਿੱਚ ਪਖਲਿਕ ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟ ਅਤੇ ਹਵਾਈ ਅੱਡੇ 'ਤੇ ਸੰਚਾਲਨ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ

ਟੋਰਾਂਟੋ, 16 ਜੁਲਾਈ (ਪੋਸਟ ਬਿਉਰੋ):

ਟੋਰਾਂਟੋ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਭਾਰੀ ਮੀਂਹ ਅਤੇ ਵਿਆਪਕ ਹੜ੍ਹ ਕਾਰਨ ਕਈ ਪ੍ਰੁਖ ਸੱਤਰਾਂ ਬੰਦ ਹੋ ਗਈਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬੰਦ ਹੋ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਹਾਂਫੀਂ 401 ਉੱਤੇ ਹਾਈਵੇ 410 ਦੀ ਦੱਖਣ ਦੇ ਵੱਲ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਲੋਨ, ਹਾਈਵੇ 401 ਅਤੇ 410 'ਤੇ ਹਾਈਵੇ 403 ਦੀ ਪ੍ਰਕਵ ਵਲ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਲੋਨ, ਯਾਰਕ ਮਿਲਸ ਰੋਡ ਅਤੇ ਗਾਰਡੀਨਰ ਐਕਸਪ੍ਰੈਸਵੇਅਰ ਵਿੱਚਕਾਰ



ਟੋਰਾਂਟੋ, 16 ਜੁਲਾਈ (ਪੋਸਟ ਬਿਉਰੋ):

ਖ੍ਰਿਟਾਨੀਆ ਰੋਡ ਈਸਟ ਅਤੇ ਫਲਾਈਲਾਈਨ ਡਰਾਈਵ ਵਿੱਚ ਕਾਰਨੋਏਟ ਡਰਾਈਵ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਓਟਾਪੀਓ ਪਲੇਸ ਕੋਲ ਲੇਕ ਸੌਰ ਬੁਲੋਵਾਰਡ, ਪਿੰਡ ਵੱਲ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਬਲੋਕ ਵਿਆਡੂਕ ਬਾਹਰ ਲੋਨ, ਕੋਸ਼ਿਅਤ ਹਾਈਵੇ 'ਤੇ ਥੋੜ੍ਹੀ ਏਵੇਨਿਊ ਅਤੇ ਵਿਲਾਨ ਅਤੇ ਬਿੰਜ ਵੱਲ ਜਾਣ ਲੱਗੇ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ। ...ਬਾਕੀ ਪੰਨਾ 3 'ਤੇ

Law Office of Aman Sharma



- Real Estate
- Commercial Lease
- Business Purchase & Sale
- Notarizations & Affidavits
- Wills & Power Of Attorney

Fax: 905-913-2344 Tel: 905-913-2355
25 Cherrycrest Drive, Unit # 6
Brampton, ON, L6P 3W4
Providing excellent quality legal services to our clients

MagGas Medical Brampton



MAGGAS MEDICAL INC.
Helping you breathe deep and rest easy.

- CPAP Machines, Nasal & Oral Mask
- BiPAP Machines
- Non-Invasive Ventilation Devices
- BiLevel Ventilators
- Nasal Cannulas

ਹੁਣੋਂ ਗੀ ਕਾਲ ਕਰੋ

75% ਤੋਂ ਕੁਝ ਆਪਣਾ ਕਰਜ਼ਾ ਮਾਫ ਕਰਾਵਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
ਬਹੁਤ ਅਸਾਨ ਕਿਰਾਤ ਬਿਨਾਂ ਵਿਆਸ ਦੋਵਾਂ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਮੁਕਤੀ।
ਮੁਕਤ ਹਿੱਸੀਅਤੀ



(416) 954-9885
20 Maritime Ont Blvd
Unit 15
Brampton, ON L6S 0C2

ਨਵਾਂ ਘਾਹ ਲਵਾਉ



ਪੁਰਾਣਾ ਘਾਹ ਹਟਾਉ
ਅਤੇ ਨਵਾਂ ਲਵਾਉ

ਏਰੀਆ ਨੂੰ ਲੋਵਲ ਕਰਨਾ
ਅਤੇ ਮਿੱਟੀ ਚਲਾਉਣੀ

647-784-1213
www.aaalandscaping.ca

Royal Pest Control
Residential Commercial Industrial
Specialist in Bedbugs Service

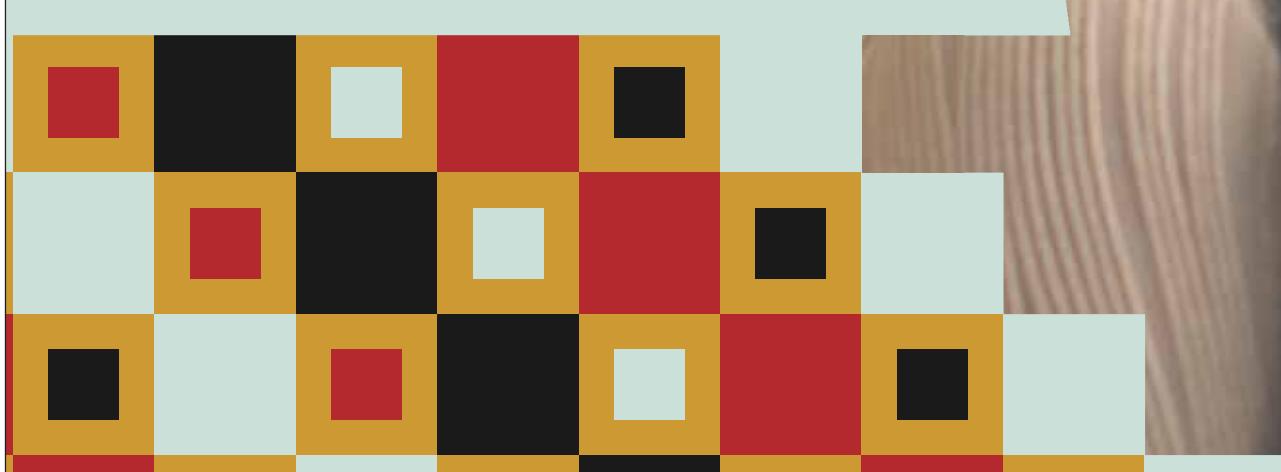
All Pest Control :

- Mouse & Rats
- Spiders & Fleas
- Bedbugs
- Wasps
- Cockroaches
- Carpenter Ants
- Silver Fish
- Racoons

Call : PARESH PATEL
(Government Approved Licensed Technician)
416 938 4598

MY MISSION:
A career in law
that tackles
climate change

The individual missions of our students are inspired by Algoma University's Special Mission, which is what sets us apart - and brings us together.



MANN LAW FIRM

- Real Estate Law
- Business Law
- Wills & Estates
- Family Law
- Power of Attorney
- Civil Litigation
- Affidavits / Notarization / Declaration

Maninder S. Mann B.A. (Hons.), LLB
BARRISTER SOLICITOR NOTARY
Address: 2330 North Park Dr, Suite 246 Brampton, ON L6S 0C9 www.mannlawfirm.ca
T: 905 799 9333

Algoma
UNIVERSITY

ਕੰਪਿਊਟਰ ਮਾਹਿਰ ਕਿਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਪੰਨੂ 'ਕਲਮਾਂ ਦੀ ਸਾਂਝ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ' ਵੱਲੋਂ 'ਲਾਈਫ਼ ਟਾਈਮ ਅਚੀਵਮੈਂਟ ਐਵਾਰਡ' ਨਾਲ ਸਨਮਾਨਿਤ

*'ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ ਟੋਰਾਂਟੋ' ਵੱਲੋਂ ਵੀ ਪੰਨ੍ਹੂ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ * ਸਮਾਗਮ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਸੈਸ਼ਨ 'ਚਨਾਮਧਾਰੀ ਲਹਿਰ ਦੇ ਯੋਗਦਾਨ ਬਾਰੇ ਹੋਇਆ ਭਾਵਪੂਰਤ ਸੈਮੀਨਾਰ

ਬਰੈਪਟਨ, (ਡਾ. ਝੰਡ)-ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੇ ਮਾਹਿਰ ਕਿਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਪੰਨ੍ਹ ਵੱਲੋਂ ਇਸਥੇ ਤਰ ਵਿਚ ਅਰਧਿਤ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਬਹੁ-ਮੁਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਰੱਖਦਿਆਂ ਲੰਘੇ ਐਤਵਾਰ 14 ਜੁਲਾਈ ਨੂੰ ਬਰੈਪਟਨ ਦੀ 'ਕਲਮਾਂ ਦੀ ਸਾਂਝ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ' ਵੱਲੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 'ਲਾਈਫ਼ ਟਾਈਮ ਅਚੀਵਮੈਂਟ' ਨਾਲ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਮਾਗਮ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਸੈਸ਼ਨ ਵਿਚ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਨਾਮਧਾਰੀ ਲਹਿਰ ਦੇ ਯੋਗਦਾਨ ਬਾਰੇ ਸੈਮੀਨਾਰ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਦੋਹਾਂ ਸੈਸ਼ਨਾਂ ਵਿਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਬੁਲਾਰਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਸਮੂਲੀਅਤ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਗਏ। ਇਹ ਸਨਮਾਨ ਸਮਾਗਮ 114 ਕੈਨੇਡੀ ਰੋਡ ਸਥਿਤ 'ਵਿਸ਼ਵ ਪੰਜਾਬੀ ਭਵਨ' ਵਿਚ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।

ਸਮਾਗਮ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਸੈਸ਼ਨ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨਗੀ-ਮੰਡਲ ਵਿਚ ਉੱਥੇ ਖੇਡ-ਲੇਖਕ ਪ੍ਰਿ. ਸਰਵਵਣ ਸਿੰਘ, ਪ੍ਰੇਤ ਲੇਖਕ ਪੂਰਨ ਸਿੰਘ ਪਾਂਧੀ, ਪ੍ਰੋ. ਰਾਮ ਸਿੰਘ, ਡਾ. ਕੰਵਲਜੀਤ ਕੌਰ ਵਿੱਲੋਂ, ਨਾਮਧਾਰੀ ਸੰਗਤ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਕਰਨੈਲ ਸਿੰਘ ਮਰਵਾਹਾ ਤੇ 'ਕਲਮਾਂ ਦੀ ਸਾਂਝ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ' ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਹਰਦਿਆਲ ਸਿੰਘ ਝੀਤਾ ਸ਼ਾਮਲ ਸਨ। ਹਰਦਿਆਲ ਸਿੰਘ ਝੀਤਾ ਤੇ ਕਰਨੈਲ ਸਿੰਘ ਮਰਵਾਹਾ ਵਾਲੋਂ ਸਮਾਗਮ ਵਿਚ ਆਏ ਹੋਏ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਦਾ ਸੁਆਗਤ ਕਰਨ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 'ਜੀ-ਆਇਆਂ' ਕਹਿਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੰਚ-ਸੰਚਾਲਕ ਪਿਆਰਾ ਸਿੰਘ ਕੁੱਦੋਵਾਲ ਵਾਲੋਂ ਸੱਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਡਾ. ਕੰਵਲਜੀਤ ਕੌਰ ਵਿੱਲੋਂ ਨੂੰ ਨਾਮਧਾਰੀ ਲਹਿਰ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਪੇਸ਼ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਸ ਲਹਿਰ ਦੇ ਬਾਣੀ ਸਤਿਗੁਰੂ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਵਾਲੋਂ ਭਾਰਤ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ ਅਤੇਸਮਾਜ ਸੁਧਾਰ ਲਈ ਚੁੱਕੇ ਗਏ ਕਦਮਾਂ ਦੀ ਭਰਪੂਰ ਸਰਾਹਨਾ ਕੀਤੀ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਬਰਾਬਰੀ, ਸਤੀ-ਪ੍ਰਥਾ ਖਤਮ ਕਰਨ ਤੇ ਜਾਂਸ਼ੀਆਂ ਲੜਕੀਆਂ ਨੂੰ ਮਾਰਨ ਦਾ ਵਿਰੋਧ, ਆਦਿ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸ਼ਾਮਲ ਸਨ। ਸੈਸ਼ਨ ਦੇ ਦੂਜੇ ਬੁਲਾਰੇ ਅਜੀਤ ਸਿੰਘ ਲਾਇਲ ਨੇ ਸਤਿਗੁਰੂ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਵਾਲੋਂ ਨਾਮਧਾਰੀ ਲਹਿਰ ਦੇ ਆਰੰਭ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਸਮੁੱਚੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ



ਸੁਰਾਤੀ ਦੌਰਵਿਚ ਕਿਰਪਲ ਸਿੰਘ ਪੰਨੂੰ ਹੋਰਾਂ ਦੀ ਸ਼ਮਲੀਅਤ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਦਿਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵੱਲੋਂ ਇਸ ਵਿਚ ਆਪਣੀਆਂ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਤੇ ਕਈ ਦਿਲਚਸਪ ਟੋਟਕੇ ਸੁਨਾਉਣ ਦਾ ਬਾਬੂਬੀ ਜਿਕਰ ਕੀਤਾ। 'ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ ਟੋਰਨਟੋ' ਦੇ ਚੇਅਰਪਰਸਨ ਕਰਨ ਅਜਾਇਬ ਸਿੰਘ ਸੰਘਾ ਨੇ ਪੰਨੂੰ ਸਾਹਿਬ ਨਾਲ ਆਪਣੀ ਪਹਿਲੀ ਮੁਲਕਾਤ ਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲੋਂ ਕੰਪਿਊਟਰ ਸਿੱਖਣ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਬੜੇ ਭਾਵਪੂਰਤ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ ਕੀਤਾ। ਸਭਾ ਦੇ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਬਲਰਾਜ ਚੀਮਾ ਨੇ ਪੰਨੂੰ ਹੋਰਾਂ ਨਾਲ 'ਕਲਮਾਂ ਦੇ ਕਾਫਲੇ' ਦੀਆਂ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਵਿਚਲੀਆਂ ਦਿਲਚਸਪ ਯਾਦਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ। ਡਾ. ਸੁਖਦੇਵ ਸਿੰਘ ਝੰਡ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸੰਬੋਧਨ ਵਿਚ ਪੰਨੂੰ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ "ਕੰਪਿਊਟਰ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਤੇ ਰੋਗੀਆਂ ਦਾ ਵੈਦ" ਕਿਹਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਪੰਨੂੰ ਸਾਹਿਬ ਵੱਲੋਂ ਗੁਰਮੁਖੀ ਲਿਪੀ ਤੋਂ ਸ਼ਾਹਮੁਖੀ ਤੋਂ ਗੁਰਮੁਖੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ 'ਕਨਵਰਟਰ' ਦਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਜਿਕਰ ਕੀਤਾ ਜਿਸ ਨੇ ਦੋਹਾਂ ਪੰਜਾਬਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਨੇੜੇ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਸਭਾ ਦੇ ਹੋਰ ਮੈਂਬਰਾਂ ਤਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਮੰਡ, ਡਾ. ਜਗਮੋਹਨ ਸਿੰਘ ਸੰਘਾ ਤੇ ਸੁਖਚਰਨਜੀਤ ਕੌਰ ਗਿੱਲ ਵੱਲੋਂ ਵੀ ਪੰਨੂੰ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਸ਼ਸ਼ਮੀਅਤ ਦੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪਹਿਲੂਆਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਗਏ।

ਪ੍ਰਿ. ਸਰਵਣ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕਿਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਪੰਨੂੰ ਦੇ 75 'ਵੇਂ ਜਨਮ-ਦਿਨ 'ਤੇ 2011 ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵੱਲੋਂ ਸੰਪਾਦਿਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਪੁਸਤਕ 'ਕੰਪਿਊਟਰ ਦਾ ਧਨਤੰਤਰ : ਕਿਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਪੰਨੂੰ' ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਦਾ ਨਾਮਕਰਣ ਕਰਨ ਲੱਗਿਆਂ ਕਰੀਬ ਟਾਈਟਲ "ਕੰਪਿਊਟਰ ਦਾ ਧੰਨਾ ਜੱਤੋਂ ਕਿਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਪੰਨੂੰ", "ਕੰਪਿਊਟਰ

ਦਾ ਭਾਈ ਘੱਟੋਂਈਆ: ਕਿਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਪੰਨ੍ਹੂ”, “ਕੰਪਿਊਟਰ ਦਾ ਧੰਤਰ”: ਕਿਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਪੰਨ੍ਹੂ, ਆਦਿ ਵਿਚਾਰ ਅਧੀਨ ਆਏਪਰ ਅਖੀਰ ‘ਗੁਣ’ “ਕੰਪਿਊਟਰ ਦਾ ਧੰਤਰ” ਵਾਲੇ ਟਾਈਟਲ ‘ਤੇ ਹੀ ਪਿਆ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਵਿਚ 47 ਵੱਖ-ਵੱਖ ਲੇਖਕਾਂ ਨੇ ਪੰਨ੍ਹੂ ਸਾਹਿਬ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਲਿਖਿਤ ਰੂਪ ਵਿਚ ਦਰਜ ਕਰਵਾਏ ਹਨ। ਸਾਰੇ ਆਰਟੀਕਲ ਹੀ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਹਨ ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਨਿੱਜੀਇੱਛਾ ਹੈ ਕਿ ਪੰਨ੍ਹੂ ਸਾਹਿਬ ਆਪਣੀ ਸਵੈ-ਜੀਵਨੀ ਜ਼ਰੂਰ ਲਿਖਣ। ਰੇਡੀਓ ‘ਸਰਗਮ’ ਦੇ ਸੰਚਾਲਕ ਡਾ. ਬਲਵਿੰਦਰ ਧਾਲੀਵਾਲ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸੰਬੋਧਨ ਵਿਚ ਪੰਨ੍ਹੂ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਪੰਜਾਬੀ ‘ਕੀ-ਬੋਰਡ’, ‘ਪੰਜਾਬੀ ਫੌਂਟਸ’ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਪਸੀ ਤਬਦੀਲੀ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਬੀ.ਐਸ.ਐਂਡ. ਵਿਚ ਸਰਵਿਸ ਦੌਰਾਨ 1965 ਵਿਚ ਪੰਨ੍ਹੂ ਹੁਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੀ ਪਤਨੀ ਪਤਵਿੰਤ ਕੌਰ ਨੂੰ ਲਿਖੀ ਹੋਈ ਭਾਵੁਕ ਤੇ ਕਾਫੀਦਿਲਚਸਪ ਚਿੱਠੀ ਵੀ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਸੁਣਾਈ। ਹੋਰ ਕਈ ਬੁਲਾਰਿਆਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ‘ਕਰਾਉਨ ਇਮੀਗਰੇਸ਼ਨ’ ਦੇ ਰਾਜਪਾਲ ਸਿੰਘ ਹੋਠੀ, ਏਹਨੀਂ ਦਿਨੀ ਪੰਜਾਬ ਤੋਂ ਆਏ ‘ਪੰਜਾਬੀ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨ’ ਦੇ 80’ਵਿਆਂ ਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਛੱਪਦੇ ਰਹੇ ਹਰਮਨ-ਪਿਆਰੇ ਕਾਲਮ ‘ਅੰਗਸੰਗ’ ਵਾਲੇਸਾਬਦਾ ਸਬ-ਐਡੀਟਰਸ਼ਾਮ ਸਿੰਘ, ਐਡਰੋਕੇਟ ਸੁੱਚਾਂ ਸਿੰਘ ਮਾਂਗਟ, ਪ੍ਰੋ. ਰਾਮ ਸਿੰਘ, ਲਹਿੰਦੇ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਮਕਸਦ ਚੌਧਰੀ, ਸਕੂਲ-ਟਰੱਸਟੀ ਬਲਬੀਰ ਸੌਹਣੀ, ‘ਸਰਗਮ’ ਰੇਡੀਓ ਦੀ ਕੋ-ਹੋਸਟ ਸੰਦੀਪਾਂਨੇਹੋਆ, ਕਵਿਤਾਰੀਆਂ ਪਰਮਜੀਤ ਦਿਲ ਤੇ ਹਰਭਜਨ ਕੌਰ ਗਿੱਲ ਨੇ ਵੀ ਪੰਨ੍ਹੂ ਸਾਹਿਬ ਦੀਆਂ ਕੰਪਿਊਟਰ-ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਪ੍ਰਗਟਾਏ। ਰਿਕੂਟਾਂ ਭਾਟੀਆਂ ਨੇ ਬਾਬਾ ਬੁਲ੍ਹੇ ਸ਼ਾਹ ਦੀ ਕਾਫੀ

ਗਾ ਕੇ ਆਪਣੀ ਹਾਜ਼ਰੀ ਲੁਾਈ,
ਜਦਕਿ ਬੀਬਾ ਅਗਮਪ੍ਰੀਤ ਨੇ ਆਪਣੀ
ਸੁਰੀਲੀ ਆਵਾਜ਼ ਵਿਚ ਸੁਰਜੀਤ ਪਾਤਰ
ਦੀ ਸਦਾ-ਬਹਾਰ ਗਜ਼ਲ 'ਕੁਝ ਕਿਹਾ
ਤਾਂ ਹਨੇਰਾ ਜਰੋਗਾ ਕਿਵੇਂ' ਤਰੰਨਮ ਵਿਚ
ਦੇਖਾਈ।

ਸਮਾਜਾਮ ਦਾਤੀਸਰਾ ਪਤਾਅ ਕਿਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਪੰਨ੍ਹੂ ਹੋਰਾਂ ਨੂੰ ਸਨਮਾਨਿਤ ਕਰਨ ਦਾ ਸੀ। 'ਕਲਮਾਂ ਦੀ ਸਾਂਝ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ' ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਹਰਦਿਆਲ ਸਿੰਘ ਝੀਤਾ ਵੱਲੋਂ ਪੰਨ੍ਹੂ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਮਾਣ ਵਿਚ 'ਸਨਮਾਨ-ਪੱਤਰ' ਪਟਿਆਲਾ ਗਿਆ। ਉਪਰੰਤ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੀ ਯਾਦ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵੱਲੋਂਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਇਹ 'ਮਾਣ-ਸਨਮਾਨ'ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ, ਨਾਮਧਾਰੀ ਸੰਗਤ ਦੇ ਪ੍ਰਧਾਨ ਕਰਨੈਲ ਸਿੰਘ ਮਰਵਾਹਾ ਤੇ ਹੋਰ ਪਤਵੰਤੇ ਸਜਣਾਂ ਵੱਲੋਂ ਮਿਲ ਕੇ ਪੰਨ੍ਹੂ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਭੇਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਵਿਚ ਸਾਨਦਾਰ 'ਸਨਮਾਨ-ਚਿੰਨ' ਤੇਲੋਈ ਦੇ ਨਾਲ ਕੁਝ ਨਕਦ-ਰਾਸ਼ੀਸ਼ਾਮਲ ਸੀ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀਪੁੰਬੰਧਕਾਂ ਵੱਲੋਂਪੰਨ੍ਹੂ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਗਲ ਵਿਚ ਮੋਤੀਆਂ ਦੀ ਖੂਬਸੂਰਤ ਮਾਲਾ ਵੀ ਪਾਈ ਗਈ। ਏਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਅਰਧਾਂਗਣੀ ਸ੍ਰੀਮਤੀ ਪਤਵੰਤ ਕੌਰ ਨੂੰ ਗਰਮ ਸਾਲ ਭੇਟ ਕੀਤੀ ਗਈ ਤੇ ਗਲ ਵਿਚ ਮੋਤੀਆਂ ਦੀ ਮਾਲਾ ਪਾਈ ਗਈ। ਕੈਨੇਡੀਅਨ ਪੰਜਾਬੀ ਸਾਹਿਤ ਸਭਾ ਟੋਰਾਂਟੋ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਪੰਨ੍ਹੂ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਦਸਤਾਰ ਭੇਟ ਕੀਤੀ ਗਈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੁਪਤਨੀ ਨੂੰ ਗਰਮ ਸਾਲ ਦੇ

1

ਉੱਚ-ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਸਵੈ-ਗੱਲ ਤੁਹਾਡੇ ਕੈਰੀਅਰ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਂਦੀ ਹੈ

-ਵਿਸ਼ੇ ਗਰਗ-
ਤੁਹਾਡੇ ਅਪਣੇ ਨਾਲ ਚੁੱਪ ਗੱਲਬਾਤ ਤੁਹਾਡੇ ਕੈਰੀਅਰ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਨੂੰ ਬਣਾ ਜਾ ਤੌਤ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਮਾਹਰਾਂ ਨੇ ਸਵੈ-ਗੱਲਬਾਤ ਦੀ ਖੋਜ ਕੀਤੀ ਹੈ ਜੋ ਉਚ ਕਰੀਅਰ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਵੱਲ ਲੈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਕਰੀਅਰ ਅੰਦਰੋਂ ਬਾਹਰੋਂ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਸਵੈ-ਗੱਲਬਾਤ ਸਾਡੇ ਦਿਲਾਂ ਨੂੰ ਬਸਤੀ ਬਣਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕੈਰੀਅਰ ਦੀ ਤੱਤੀਕੀ ਨੂੰ ਬੋਣ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਇਸਨੂੰ ਸਾਡੇ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਜੀਵਨ 'ਤੇ ਮਾੜਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਉਣ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਜਾਂ ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਬੇਅੰਤ ਕੈਰੀਅਰ ਦੀਆਂ ਉਚਾਈਆਂ 'ਤੇ ਲੈ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਸਵੈ-ਗੱਲਬਾਤ ਦੇ ਦੋ ਸੰਸਕਰਣ ਹਨ। ਇੱਕ ਬਿਧਲੀ-ਤੇਜ਼ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਚਾਲਦ ਹੈ - ਦਿਮਾਗ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਬਿੱਧ ਵਾਲੇ ਹਿਸੇ ਤੋਂ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਦਿਮਾਗ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਹਾਰਡ-ਵਾਈਰਿੰਡ, ਬਚਾਅ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਨਜ਼ਕ ਅਤੇ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਚਿਤਾ, ਉਦਾਸੀ, ਸਵੈ-ਸੁਕ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਵਿਰੋਧ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਦੂਜੀ ਅੰਦਰੂਨੀ ਆਵਾਜ਼ ਪ੍ਰੀਫ਼ੀਟਲ ਕਾਰਟੈਕਸ ਜਾਂ ਸੋਚਣ ਵਾਲੇ ਦਿਮਾਗ ਤੋਂ ਨਿਕਲਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਤੀਬਿੱਧ, ਜਾਣਵੱਡ ਕੇ ਅਤੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ ਸੋਚ ਦੇ ਉਚ ਪੱਧਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਆਵਾਜ਼ ਸਵੈ-ਨਿਯਮ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਸਿੱਖਿਅਤ ਹੁਨਰ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ "ਸੋਚਣ ਵਾਲੇ ਦਿਮਾਗ" ਨੂੰ ਸਰਗਰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਦਿਮਾਗ ਦੀਆਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਥਿਤੀਆਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸ਼ਾਂਤ, ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ, ਸਪੱਸ਼ਟਤਾ ਅਤੇ ਖੁਸ਼ੀ ਵਰਗੀਆਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਅਨਲੋਕ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਭ ਕੈਰੀਅਰ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਚ-ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਸਵੈ-ਗੱਲਬਾਤ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਨਿਯਮ ਕੈਰੀਅਰ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਸਿਰਲੇਖ, ਸਵੈ-ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ, ਅੰਦਰੂਨੀ ਸੂਅਂਤੀ ਅਤੇ ਸਵੈ-ਦੁਇਆ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਨਾਲ ਸੂਰੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅਤੇ ਨੌਕਰੀ ਦੀ ਰੁਕਿੰਡਿਆਂ, ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਅਤੇ ਸੰਤੁਸ਼ਟੀ ਸਾਡੇ ਕੈਰੀਅਰ ਦੇ ਚਾਲ-ਚਲਣ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਲਚਕੀਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਚੌਡਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਸਵੈ-ਗੱਲਬਾਤ ਦਾ ਤੰਤੂ ਵਿਗਿਆਨ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਅੰਦਰੂਨੀ ਆਵਾਜ਼ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਸਾਡੇ ਤਣਾਅ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਘਟਾਓ, ਝਟਕਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸਾਡੇ ਜਵਾਬ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਕੈਰੀਅਰ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਉੱਚਾ ਚੁੱਕਣਾ। ਸਾਡੇ ਸਿਰਾਂ ਵਿੱਚ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਮੌਨੋਲੋਗ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਅਸਫਲ ਹੋ ਜਾਵਾਂਗੇ ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਰਾਮ ਖੇਤਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ, ਪੀਜ਼ਾ ਦਾ ਇੱਕ ਹੋਰ ਟੁਕੜਾ ਖਾਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢਦੇ ਹਾਂ ਜਾਂ ਸਾਨੂੰ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਡੀ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਕਿਨੀ ਅਧੋਗ ਸੀ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਕਾਰਾਤਮਕ, ਸੋਚਣ ਵਾਲੇ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਅੰਫਲਾਈਨ ਸੁਟੱਕ ਲਈ ਆਪਣੇ ਭਾਵੁਕ, ਸਵੈ-ਨੂੰਬੇ, ਗੈਰ-ਸੋਚਣ ਵਾਲੇ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਦੋਸ਼ੀ ਠਹਿਰਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ



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

LOCAL & LONG DISTANCE MOVING

H.K. MOVERS

VANCOUVER - CALGARY - EDMONTON - WINNIPEG - TORONTO - OTTAWA - MONTREAL

CANADA'S MOVING COMPANY



WE MOVE COAST TO COAST WITHIN CANADA,
WE DO INTERNATIONAL SHIPPING AND WE ALSO SHIP CARS



Call: 416.524.6704
www.hkmovers.ca



SAFE, RELIABLE AND EFFICIENT SERVICE AT THE BEST RATES



The Mortgage Centre
We work for you, not the lenders.

Second Mortgage



if you are looking for independent mortgage or protection advice....
We're here to help.
* Competitive rates
* Flexible terms
* Fast approval process

No Credit or beacon score check.

No income verification.

Interest payments only.

Pay off high interest debts.

75%-80% LTV.

Must have home equity.....

For more information call:

Jaspal Gahunia (Lic. M08006400)

Direct: 416-677-0047

Office: 416-674-7050

Email: paulpaul202@yahoo.ca

Office - Unit 201-19 Woodbine Downs Blvd, Etobicoke, ON M9W 6N5
-4040 Steeles Avenue West Unit#5 Woodbridge, ON, L4L 4Y5

Rexdale Financial Services

URGENTLY NEED NEW LISTINGS IN BRAMPTON/CALEDON

visit: www.teamjagaujla.com



JAG AUJLA
MCNE, REAL ESTATE BROKER
416-371-7777

e-mail: j.aujla@rogers.com or visit: www.jagaujla.com






CALL JAG AUJLA FOR A QUICK & FREE HOME EVALUATION

www.BramptonTopRealtor.com

RECENTLY LISTED IN YOUR NEIGHBOURHOOD

Sandalwood & Sunny Meadow Blvd



James Potter/Queen/Bonnie Brae



Caledon Ontario (Dir/Cross St:Mayfield/ McLaughlin/Tweediehill)



Bramalea/Father Tobin/Fernfor



- FREE**
- Full MLS services
 - Consistent marketing until your property is sold
 - Competitive rates, exceptional service & award winning results
 - Staging consultation
 - Billboard, flyer
 - Online Promotion
 - Professional pictures & virtual tour
 - Social media & radio advertisement
 - Open house till sold



JAG AUJLA 416-371-7777
MCNE, Real Estate Broker

NOT INTENDED TO SOLICIT BUYERS OR SELLERS CURRENTLY UNDER CONTRACT



2024 TOUR • 180+ SHOWS •
12 FABULOUS LOCATIONS • CANADA & USA

ROYAL CANADIAN
International
CIRCUS
UNDER THE BIG TOP™

6 GTA LOCATIONS

June 27 - Sept 2

2 for 1

GENERAL ADMISSION TICKETS DISCOUNT

PROMO CODE:
PUNJABI

ROYALCANADIANCIRCUS.CA