



ਪੰਜਾਬ ਰਾਜ ਖੁਰਾਕ ਕਮਿਸ਼ਨ

ਖਾਣੇ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ



ਭਗਵੰਤ ਮਾਨ
ਮੁੱਖ ਮੰਤਰੀ, ਪੰਜਾਬ

ਸਮਾਰਟ ਰਾਸ਼ਨ ਕਾਰਡ ਸਕੀਮ

- ਸਹੀ ਮਾਤਰਾ ਅਤੇ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਅੰਨ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾ ਰਹੀ ਹੈ।
- PHH (Priority Households) ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀ ਮੈਂਬਰ 5 ਕਿਲੋ ਕਣਕ ਪ੍ਰਤੀ ਮਹੀਨਾ ਅਤੇ AAY (Antyodaya Aana Yojana) ਪ੍ਰਤੀ ਪਰਿਵਾਰ 35 ਕਿਲੋ ਕਣਕ ਪ੍ਰਤੀ ਮਹੀਨਾ ਮੁਫਤ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਈ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।



ਆਂਗਣਵਾੜੀ ਕੇਂਦਰ

- ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਮਾਂ ਬਣਨ 'ਤੇ 5000/- ਰੁਪਏ ਤੱਕ ਦਾ ਪ੍ਰਸੂਤਾ ਲਾਭ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੂਜੀ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਤੇ ਲੜਕੀ ਪੈਦਾ ਹੋਣ 'ਤੇ 6000/- ਰੁਪਏ ਵਾਧੂ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
- ਗਰਭਵਤੀ ਮਹਿਲਾਵਾਂ, ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਮਾਵਾਂ ਅਤੇ 6 ਸਾਲ ਤੱਕ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਭੋਜਨ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਕੁਪੋਸ਼ਿਤ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਰੈਫਰਲ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਈਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ।



ਮਿਡ ਡੇ ਮੀਲ ਸਕੀਮ

- ਪੰਜਵੀਂ ਜਮਾਤ ਤੱਕ ਪ੍ਰਤੀ ਬੱਚਾ 100 ਗ੍ਰਾਮ ਅਤੇ ਛੇਵੀਂ ਤੋਂ ਅੱਠਵੀਂ ਤੱਕ 150 ਗ੍ਰਾਮ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕੀਤਾ ਆਹਾਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਪੋਸ਼ਣ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਭਿੰਨ-ਭਿੰਨ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੋਸ਼ਟਿਕ ਵਿਅੰਜਨ ਮਿਡ ਡੇ ਮੀਲ ਤਹਿਤ ਰੋਜ਼ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਭੋਜਨ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਅਤੇ ਗੁਣਵੱਤਾ ਦਾ ਪੂਰਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।



ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਨਿਵਾਰਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀ

ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਲਈ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ
ਏ.ਡੀ.ਸੀ. (ਡੀ) ਕਮ
ਡੀ.ਜੀ.ਆਰ.ਓ. ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ
ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਮਿਸ਼ਨ
ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ

www.psfc.punjab.in,
connect.punjab.gov.in

ਜਾਂ

ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨੰਬਰ
98767 64545
'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਾ ਨਿਪਟਾਰਾ
ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਜਾਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤਕਰਤਾ
ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਪੰਜਾਬ
ਰਾਜ ਖੁਰਾਕ ਕਮਿਸ਼ਨ ਅੱਗੇ
ਅਪੀਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।